

Reportage

[Société](#)

# « À 6 mois, jusqu'à 6 heures devant un écran » : dans cette consultation spécialisée, on soigne les bébés accros

De plus en plus de très jeunes enfants ne peuvent plus se passer d'écran. Une addiction à laquelle une pédiatre de Bondy (Seine-Saint-Denis) tente de remédier.

Exceptionnellement, elle nous a ouvert ses portes.

**Abonnés** Votre abonnement vous permet d'accéder à cet article.



La Dre Sylvie Dieu Osika reçoit tous les lundis en consultation à l'hôpital de Bondy des parents et de très jeunes enfants victimes d'une surexposition aux écrans, comme Justine et sa fille Eugénie.  
LP/Maïram Guissé

0

Par Maïram Guissé

Le 28 mars 2023 à 07h22, modifié le 28 mars 2023 à 11h15

Justine, coquette mère de deux filles de 2 et 6 ans, se présente ce matin-là à l'hôpital Jean-Verdier de Bondy (Seine-Saint-Denis), accompagnée de sa cadette, Eugénie (*tous les prénoms des patients ont été changés*). La fillette était déjà venue en décembre. La raison ? « Un retard important dans le langage », précise la Dre Sylvie Dieu Osika, qui tient tous les lundis matin la seule consultation hospitalière consacrée à des moins de 2 ans déjà accros aux écrans. [Un problème de santé publique](#) devenu si prégnant que, pour tenter de l'enrayer, une proposition de loi, bientôt examinée au Sénat, a été adoptée par l'Assemblée.

« À 6 mois, Eugénie pouvait passer jusqu'à 6 heures par jour devant un écran », concède Justine, soit deux fois plus que la moyenne

nationale déjà élevée, estimée « à 3h11 », précise la pédiatre. « Je lui mettais [Peppa Pig](#), *Dora*, YouTube Kids parce que je voyais que ça l'aidait à manger, que ça évitait les pleurs... », reprend la maman, une aide-soignante au chômage.

Sylvie Dieu Osika écoute, prend quelques notes et observe Eugénie qui joue avec Céline, l'infirmière qui l'assiste. La petite ne parle pas, lâche de temps à autre « papa, papa ». « Pourtant avant, elle disait *papa, maman, merci, au revoir*, se souvient Justine. [Et puis après, plus rien](#). Maintenant, elle se fait comprendre par des gestes. » Lors de la première consultation, en décembre, la prescription du docteur était claire : arrêt total des écrans. « Actuellement, elle est à trente minutes par jour », assure Justine.

Le sevrage a été difficile. « Eugénie était devenue agressive. Elle tapait, criait, pleurait parce qu'elle voulait regarder des choses sur le téléphone, la télé ou la tablette. » Rien de surprenant. « On est dans l'addiction, répète la spécialiste. C'est [comme pour un alcoolique ou un drogué qui a besoin de sa consommation](#). C'est dur à dire, mais c'est la réalité. Il y a urgence à agir, c'est un sujet de santé publique. Outre le souci du développement du langage, il y a des risques de troubles du sommeil, alimentaires... »

## **Gare aux programmes pseudo-éducatifs**

Depuis le « sevrage » d'Eugénie, Justine a remarqué un changement de comportement chez sa fille. « Elle joue plus avec des jeux, rigole... Le matin, je lui mets encore [le dessin animé Dora](#) pour pouvoir m'occuper de la grande. Je pensais bien faire, je me disais qu'elle allait apprendre des choses, comme l'aînée qui arrive à dire des mots en anglais, ça me rend fière », sourit Justine.



## Newsletter L'essentiel du matin

Un tour de l'actualité pour commencer la journée  
S'inscrire à la newsletter [Toutes les newsletters](#)

C'est là un des pièges dans lequel nombre de parents tombent. « On appelle ça le *youtubelish*. Les enfants répètent les mots comme des perroquets mais ne les comprennent pas. Les écrans ne sont pas une source d'apprentissage », martèle Sylvie Dieu Osika auprès de Justine, à qui elle prescrit [une lettre de demande de place en crèche](#).

# NE CHERCHEZ PAS VOTRE BÉBÉ SUR INSTA, IL EST DANS VOS BRAS !



Quand vous regardez votre enfant, il se sent aimé et en sécurité.



Les repas sont des moments d'échanges importants à préserver.



Votre enfant développe son langage et son intelligence en jouant dans le monde réel avec de vraies personnes.



Les écrans captent l'attention et limitent la communication.



À l'extérieur, votre enfant exerce tous ses sens, découvre le monde et fait progresser sa motricité.



Les interactions entre parents et enfants sont à la base de tous les apprentissages.



Lire avec votre enfant améliore son langage et procure un moment précieux à tous les deux.



Calmer votre enfant avec un écran l'empêche d'apprendre à gérer ses émotions.



pour plus de renseignements : [www.surexpositionecrans.org](http://www.surexpositionecrans.org)

Illustrations : Stéphane Ruben - rubenstephane@gmail.com

Sur les murs, des affiches rappellent les comportements à adopter avec son enfant, et les dangers des usages abusifs de la télévision et du téléphone. LP/M.G.

Idem pour ce couple venu avec ses deux garçons de 18 mois et 4 ans. L'aîné, Kylian, a été surexposé aux écrans « dès 4 mois. » « C'est ma mère qui le gardait pendant que j'étudiais et travaillais », explique

cette titulaire d'un bac + 4. À 4 ans, son garçon ne s'exprime pas. « Il regarde des dessins animés comme *Lapins crétins*, [Spider-Man](#) », détaillent les parents. À l'évocation de ce mot, Kylian se met à imiter les poses de l'homme-araignée.

« Il faut arrêter totalement les écrans, répète la docteure. Et si vous devez répondre à un mail, un message, etc., [prenez votre téléphone et faites ça aux toilettes](#) ou dans la salle de bains. Parce que lorsque vous regardez votre mobile, cela rompt l'interaction avec votre enfant, on appelle ça la technoférence. Alors que ce sont dans vos yeux que vos petits apprennent, et par le jeu. »

## **Le confinement a empiré les choses**

C'est aussi le message que veut faire passer Hajer Dahri, directrice d'une école maternelle à Villemomble (Seine-Saint-Denis). « [Dès la petite section](#), on voit arriver des enfants-écrans. Il y en a 3 à 4 par classe », se désole-t-elle.

[Le confinement a empiré les choses](#). « C'est délicat pour les parents qui se sentent montrés du doigt. Il y a aussi ceux qui sont dans le déni et ceux pour qui les écrans sont éducatifs. Cette année, j'ai par exemple une petite qui ne s'exprime qu'en anglais, un anglais partiel. Mais les parents sont contents. Elle est isolée, personne ne la comprend, il y a un risque d'échec scolaire. »

Récemment, Hajer Dahri a fait appel à l'association e-Enfance, qui intervient dans les établissements scolaires pour sensibiliser à l'usage d'Internet. Mais la structure n'a plus de créneau. « Nous avons 400 demandes en attente, confirme Samuel Comblez, directeur des opérations chez e-Enfance. L'an dernier, pour la première fois, [des directeurs d'école maternelle](#) ont fait appel à nos

services sur cette problématique de surexpositions des petits aux écrans. C'était très ponctuel, mais nous sommes passés cette année à 30 % de demande de plus dans cette catégorie, précise Samuel Comblez. Fait nouveau depuis septembre, nous sommes même appelés par des professionnels de crèches. »

Cordialement

Maïram Guissé

---

**Maïram Guissé**

Journaliste

Port. : 0607191858

[mguisse@leparisien.fr](mailto:mguisse@leparisien.fr)

*Groupe*  
**LesEchos**  
**Le Parisien**