

Les écrans et les bébés

Mathilde Fort et Olivier Pascalis

Babylab, Université Grenoble Alpes-CNRS



Les dangers potentiels des écrans chez les enfants, un sujet très médiatisé dans la presse française

sciences

ARTICLE SÉLECTIONNÉ DANS LA MATINALE DU 24/04/2017

Alerte aux écrans pour les enfants

Des tout-petits présentent des symptômes évoquant un syndrome autistique, attribués à leur surexposition numérique et à celle de leurs parents.

LE MONDE SCIENCE ET TECHNO | 26.06.2017 à 10h11 • Mis à jour le 27.06.2017 à 11h53

Par Sandrine Cabot et Pascale Sauti

Abonnez-vous à partir de 1€



SANTÉ

INFOGRAPHIE. A quel point les enfants sont ultraconnectés ?

Par **Loïc Loumé** le 17.09.2015 à 18h30, mis à jour le 17.09.2015 à 18h30

Dans une tribune, scientifiques et spécialistes de la petite enfance alertent sur les effets nocifs des tablettes pour les plus jeunes.



14 % des enfants d'un an passent au moins une heure par jour sur un appareil numérique. **ROBERTO WESTERDORP / IMAGE SOURCE / AFP**

PSYCHOLOGIES

Moi Couple Famille Thérapies Bien-être Beauté Nutrition Planète Travail C

ENFANTS ADOS EDUCATION RELATIONS FAMILIALES MATERNITÉ ETRE PARENT FAMILLES RECOMPOSÉES

Accueil > Famille > Enfants > Epanouissement de l'enfant > Articles et Dossiers > Trop de télé nuit gravement aux enfants

Trop de télé nuit gravement aux enfants

Plus de doute possible, les scientifiques sont aujourd'hui unanimes : l'abus de petit écran fait des ravages chez les enfants. **Etat des lieux et conseils pour limiter les dégâts.**

Sylvain Michellet



La surexposition aux écrans des tout-petits : un vrai danger

Dans une tribune publiée dans le *Journal Le Monde*, un collectif de professionnels de santé alerte sur les dangers de la surexposition aux écrans pour les bébés et les jeunes enfants.



VIDEO. Ecrans et troubles autistiques chez les enfants: Quels sont les vrais risques?

ENFANTS Une médecin tire la sonnette d'alarme : de plus en plus d'enfants surexposés aux écrans développent des troubles autistiques. **par Luc de Tardieu**



Trop exposés aux écrans, les troubles des jeunes enfants explosent

Un médecin tire la sonnette d'alarme face à un phénomène en pleine expansion, qui freine le développement des tout-petits.



ACTU MODE BEAUTE DECO CUISINE MINCEUR SANTE AMOUR BIEN-ETRE JEUX

Femme actuelle

ACCUEIL > ENFANT > ENFANTS > EDUCATION

Quand les écrans envahissent le quotidien des enfants...

SOMMAIRE

1 Pourquoi les enfants sont-ils fascinés par les écrans ?

2 de 7

Faut-il s'inquiéter si son enfant passe trop de temps devant la télévision ?



Michel Desmurget

L'ANTI- RÉGIME

Maigrir pour de bon



La vérité scientifique
sur les dangers
des régimes miracles
et comment réussir
à maigrir durablement.

Belin

ALERTE : JEUNESSE EN DANGER

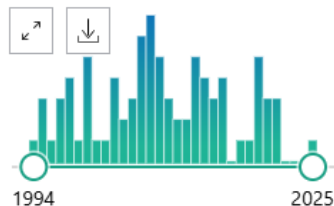
Expert en psychologie du développement?

MY CUSTOM FILTERS 

74 results

Page 1 of 8

RESULTS BY YEAR



PUBLICATION DATE

- 1 year
- 5 years
- 10 years
- Custom Range

TEXT AVAILABILITY

- Abstract
- Free full text
- Full text

ARTICLE ATTRIBUTE

- Associated data

ARTICLE TYPE

- Books and Documents
- Clinical Trial
- Meta-Analysis
- Randomized Controlled Trial
- Review
- Systematic Review

[Causally Mapping the Cerebellum in Children and Young Adults: from Motor to Cognition.](#)

1
Cite Veyrie M, Beffara B, Richard N, Mottolese C, Szathmari A, Di Rocco F, Faure Conter C, Leblond P,

Share **Desmurget M**, Cristofori I, Beuriat PA.
Cerebellum. 2025 Jan 16;24(2):31. doi: 10.1007/s12311-024-01778-8.
PMID: 39815003 [Free PMC article.](#)

[Somatosensory awareness in the parietal operculum.](#)

2
Cite Sirigu A, **Desmurget M**.

Share Brain. 2021 Dec 31;144(12):3558-3560. doi: 10.1093/brain/awab415.
PMID: 34791060 No abstract available.

[Anatomical bases of fast parietal grasp control in humans: A diffusion-MRI tractography study.](#)

3
Cite Richard N, **Desmurget M**, Teillac A, Beuriat PA, Bardi L, Coudé G, Szathmari A, Mottolese C, Sirigu A, Hiba B.

Share Neuroimage. 2021 Jul 15;235:118002. doi: 10.1016/j.neuroimage.2021.118002. Epub 2021 Mar 28.
PMID: 33789136 [Free article.](#)

[Neuroscience: Boosting the brain.](#)

4
Cite Sirigu A, **Desmurget M**.

Share Curr Biol. 2021 May 24;31(10):R476-R478. doi: 10.1016/j.cub.2021.04.007.
PMID: 34033769 [Free article.](#)

[Awake brain surgery in children-a single-center experience.](#)

5
Cite Lohkamp LN, Beuriat PA, **Desmurget M**, Cristofori I, Szathmari A, Huguet L, Di Rocco F, Mottolese C.

Share Childs Nerv Syst. 2020 May;36(5):967-974. doi: 10.1007/s00381-020-04522-9. Epub 2020 Feb 13.
PMID: 32055975

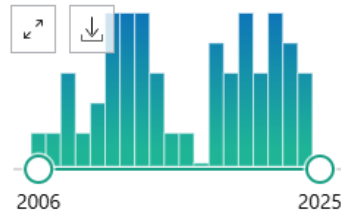
[Cerebellar lesions at a young age predict poorer long-term functional recovery.](#)

6
Cite Beuriat PA, Cristofori I, Richard N, Bardi L, Loriette C, Szathmari A, Di Rocco F, Leblond P, Frappaz D,

Share Faure-Conter C, Claude L, Mottolese C, **Desmurget M**.

Nicolas Poirel si!

RESULTS BY YEAR



PUBLICATION DATE

- 1 year
- 5 years
- 10 years
- Custom Range

TEXT AVAILABILITY

- Abstract
- Free full text
- Full text

ARTICLE ATTRIBUTE

- Associated data

ARTICLE TYPE

- Books and Documents
- Clinical Trial
- Meta-Analysis
- Randomized Controlled Trial
- Review
- Systematic Review

[Effects of parental socioeconomic status on offspring's fetal neurodevelopment.](#)
1
Cite Mathan J, Maximino-Pinheiro M, He Q, Rezende G, Menu I, Tissier C, Salvia E, Mevel K, Le Stanc L, Vidal J, Moyon M, Delalande L, Orliac F, **Poirel N**, Oppenheim C, Houdé O, Chaumette B, Borst G, Cachia A. Cereb Cortex. 2024 Nov 5;34(11):bhae443. doi: 10.1093/cercor/bhae443.
Share PMID: 39526525

[Effects of general anaesthesia in early childhood on local and global visual processing: a post hoc analysis of the APEX cohort study.](#)
2
Cite Salaün JP, Borst G, Cachia A, Orliac F, Vivien D, **Poirel N**.
Share Br J Anaesth. 2024 Aug;133(2):344-350. doi: 10.1016/j.bja.2024.05.007. Epub 2024 Jun 10. PMID: 38862383 **Free article.**

[Neural correlates underlying local and global processing during visual search across adulthood.](#)
3
Cite Doucet G, Kruse JA, Hamlin N, Peyrin C, **Poirel N**.
Share PLoS One. 2024 Jun 21;19(6):e0303796. doi: 10.1371/journal.pone.0303796. eCollection 2024. PMID: 38905236 **Free PMC article.**

[Lateralization of the cerebral network of inhibition in children before and after cognitive training.](#)
4
Cite Omont-Lescieux S, Menu I, Salvia E, **Poirel N**, Oppenheim C, Houdé O, Cachia A, Borst G.
Share Dev Cogn Neurosci. 2023 Oct;63:101293. doi: 10.1016/j.dcn.2023.101293. Epub 2023 Sep 3. PMID: 37683326 **Free PMC article.**


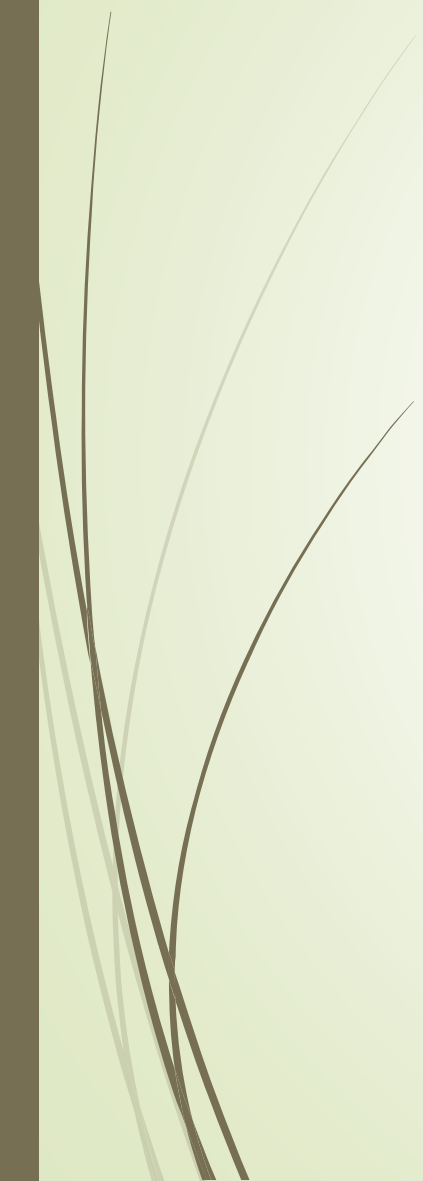
[Approach in green, avoid in red? Examining interindividual variabilities and personal color preferences through continuous measures of specific meaning associations.](#)
5
Cite Bouhassoun S, Naveau M, Delcroix N, **Poirel N**.
Share Psychol Res. 2023 Jun;87(4):1232-1242. doi: 10.1007/s00426-022-01732-5. Epub 2022 Sep 7. PMID: 36071301

[Impaired Global Precedence Effect in Severe Alcohol Use Disorder and Korsakoff's Syndrome: A Pilot Exploration through a Global/Local Visual Paradigm.](#)
6
Cite Pitel AL, Laniece A, Boudehent C, **Poirel N**.
Share J Clin Med. 2023 May 25;12(11):3655. doi: 10.3390/jcm12113655.



Faisceau d'évidence

- Il existe des retours de terrains de pédopsychiatres, médecins, psychologues, pédiatres, qui affirment rencontrer dans leur pratique des enfants avec des troubles du comportement ou de l'apprentissage liés à une utilisation massive des écrans (allant jusqu'à 12 heures par jour).
- L'ensemble de ces éléments pousse à dire que l'idée de la dangerosité des écrans, notamment chez les tout petit est basée sur un faisceau d'indices à défaut de preuves irréfutables.

- 
- 
- Le nouveau carnet de santé préconise d'«éviter de mettre un enfant de moins de 3 ans dans une pièce où la télévision est allumée (même s'il ne la regarde pas)».
 - Au Canada, la société de pédiatrie (CPS) affirme qu'«il n'est pas recommandé de laisser les enfants de moins de deux ans passer du temps devant des écrans».
 - Entre deux et cinq ans, les sociétés de pédiatres nord américains préconisent de ne pas dépasser une heure par jour.

- ▶ Pourquoi autant de peur autour des écrans et du développement du nourrisson?
- ▶ Les premières années sont importantes pour le développement du langage, des interactions sociales etc... l'humain apprend avant la naissance et « rapidement » durant les premières années de vie
- ▶ On a tous entendu parler de période critique pour des apprentissages mais ATTENTION on parle en années pas en mois.
- ▶ Nous parlons ici d'exposition aux écrans pour les nourrissons, le cas des enfants/ adolescents est un débat différent.





Développement du langage

- ▶ On connaît grâce à des études le développement du langage et ses étapes.
- ▶ L'interaction sociale est une composante importante, et il faut un environnement linguistique riche.
- Les nourrissons ont besoin **d'interactions humaines réelles** (regards, voix, gestes) pour apprendre à parler.
- Un enfant exposé à des écrans interagit **moins avec ses parents**, ce qui peut **retarder le langage et la communication**.



Développement du langage

- ▶ Pour la Société canadienne de pédiatrie, Il est démontré qu'une forte exposition à la télévision nuit à l'utilisation et à l'acquisition du langage, à l'attention, au développement cognitif et à la fonction exécutive chez les enfants de moins de cinq ans. Elle réduit également la quantité et la qualité des échanges entre les parents et l'enfant et distrait l'enfant de ses jeux.
- ▶ Mais on parle d'enfant devant un écran 6 à 8h par jour.
- ▶ Si un enfant passe plus de 4, 6 ou 8 heures par jour seul devant un écran, mesure-t-on l'effet des écrans ou du désinvestissement des adultes autour de lui ?



Développement du langage

- L'association pédiatrique américaine considère que les risques associés à une exposition excessive à la télévision dans la petite enfance sont des retards dans le développement du langage, des émotions, des interactions sociales.
- Cependant, des programmes de télé de qualité comme "1 rue sésame" montrent une amélioration des capacités cognitive et linguistique chez les enfants entre 3 et 5 ans (étude américaine) Ces programmes sont élaborés avec des psychologues du développement.
- Les familles qui ont des problèmes de contrôle des « écrans » doivent commencer par changer les programmes visualisés, pour qu'il soient adaptés à l'âge de l'enfant.

- Pour Franck Ramus: «Toutes les études sérieuses disponibles montrent que l'exposition des enfants aux écrans a des effets limités sur le développement cognitif. Les écrans justifient une vigilance par rapport aux expositions excessives, à savoir plus de six heures par jour, et aux contenus douteux, mais pas la panique généralisée que l'on observe actuellement.»



- Il pense que le débat se focalise trop sur l'exposition globale, et pas assez sur les usages et les contenus : «Parler de temps d'exposition sans s'intéresser aux usages et aux contenus est une approche beaucoup trop grossière.»
- Ainsi, lire à l'enfant un livre sur une liseuse n'est pas la même chose que de le laisser en autonomie avec une tablette. Regarder un dessin animé en famille n'est pas assimilable à avoir la télé allumée en permanence dans le salon.



Examining the relationship between language development, executive function, and screen time: A systematic review

Mazhar Bal¹, Ayşe Gül Kara Aydemir^{2*}, Gülüzar Şule Tepetaş Cengiz³, Ahmet Altındağ⁴

1 Department of Turkish and Social Sciences Education, Faculty of Education, Akdeniz University, Antalya, Turkey, 2 Department of Educational Sciences, Akdeniz University, Antalya, Turkey, 3 Child Development Department of Bolu Abant İzzet Baysal University, Mehmet Tanrikulu Vocational School of Health Services, Bolu, Turkey, 4 Faculty of Education, Department of Educational Sciences, Bolu Abant İzzet Baysal University, Bolu, Turkey

* agkara@gmail.com

- Une méta analyse récente sur 14 articles de revue sur la relation entre le développement du langage, les fonctions exécutives et le temps passé sur les écrans, a montré:
- Les contenus interactifs et éducatifs des **écrans peuvent avoir une influence positive sur le développement du langage** et les fonctions exécutives lorsqu'ils sont alignés sur les recommandations en matière de temps passé devant un écran.
- En revanche, un temps d'écran passif **excessif** a été associé à des effets négatifs sur les compétences cognitives et sociales, en particulier sur l'attention, la mémoire et la régulation émotionnelle.
- **En outre, les facteurs socio-économiques et culturels jouent également un rôle important.**

Sommeil et écran

- L'impact des écrans regardés le soir sur la durée et la qualité du sommeil.
- La lumière bleue des écrans perturbe la mélatonine.
- Les enfants exposés le soir dorment moins bien ou ont un sommeil plus agité.
- Or le sommeil est un élément essentiel de l'apprentissage.



Enfants et écrans

À la recherche du temps perdu

[Sans titre]

Avril 2024

Tableau récapitulatif des propositions

n°	Proposition
Axe n°1 : S'attaquer, pour les interdire, aux conceptions addictogènes et enfermantes de certains services numériques afin de redonner du choix aux jeunes	
1	Inverser la charge de la preuve pour lutter contre les conceptions et les algorithmes délétères des services numériques et se doter de capacités d'audits réguliers indépendants
2	Proscrire les pratiques délétères en termes de conception et faire émerger un standard éthique européen
3	Rendre le pouvoir à l'utilisateur par la reconnaissance d'un nouveau « droit au paramétrage »
4	Renforcer les « garde-fous » dans les jeux vidéo pour sécuriser l'expérience des jeunes joueurs, et ainsi mieux les protéger des contenus inappropriés et lutter contre le développement des microtransactions et des designs trompeurs
5	Sécuriser, structurer et amplifier l'action de la société civile, comme relai incontournable de gestion des externalités négatives des plateformes
6	Envoyer un signal clair d'investissement dans la recherche multidisciplinaire et d'ouverture des données afin de renforcer la position du régulateur dans le dialogue avec les forces économiques
Axe n°2 : Protéger, plutôt que contrôler, les enfants : une bataille qui doit se mener et peut se gagner auprès des acteurs économiques	
7	Faire émerger et promouvoir des solutions privées de protection plus efficaces et accessibles, notamment pour les familles
8	Soutenir le déploiement ferme du DSA à l'égard des sites pornographiques, pour forcer à l'adoption des outils de contrôle de l'âge déjà disponibles, et investir dans le même temps dans la production de ressources adaptées aux questions légitimes des enfants sur leur vie affective et sexuelle
9	Garantir le passage à l'échelle de la politique de signalement pour en faire un levier important d'action en direction des plateformes
10	Promouvoir activement les meilleurs standards de protection de la santé physique et de l'environnement pour les outils technologiques et services numériques
Axe n°3 : Assumer et organiser une progression des usages des écrans et du numérique chez les enfants en fonction de leur âge	
11	Protéger les jeunes enfants de moins de 6 ans de l'exposition aux écrans, notamment dans les lieux d'accueil (crèches, assistantes maternelles, école maternelle...)
12	Autoriser l'accès aux seuls réseaux sociaux éthiques à compter de 15 ans
13	Organiser une prise en main progressive des téléphones : <ul style="list-style-type: none"> - avant 11 ans : pas de téléphone - à partir de 11 ans : téléphone sans connexion Internet - à partir de 13 ans : téléphone connecté sans accès aux réseaux sociaux ni aux contenus illégaux - à partir de 15 ans : accès complémentaire aux réseaux sociaux éthiques.
14	Définir et piloter une politique d'équipements numériques respectueuse des enfants, et réconciliant les enjeux de santé, de pédagogie, d'éducation et d'environnement
15	Associer systématiquement le déploiement des programmes et des ressources numériques éducatifs dans un cadre scolaire à une expérimentation, une étude d'impacts préalable avant diffusion plus large et à une formation des enseignants à leurs usages pédagogiques. Garantir l'accès aux outils numériques adaptés pour les élèves à besoins éducatifs particuliers, les enfants éloignés de l'école ou les situations de rupture de continuité pédagogique. Labeliser les solutions numériques éducatives ayant validé scientifiquement leur impact positif sur les apprentissages et les mettre à disposition des enseignants via une interface dédiée et sécurisée
16	Fixer un cadre strict d'utilisation pour « Pronote » et les ENT avec mise en place de paramètres par défaut protecteurs des enfants
17	Renforcer l'application de l'interdiction des téléphones au collège, et systématiser dans chaque lycée un cadre partagé sur la place et l'usage des téléphones dans la vie de l'établissement

Recommandations officielles (OMS, AAP, HAS)

0 à 2 ans : AUCUN ÉCRAN

Sauf appel vidéo occasionnel avec un proche (grand-parent, parent éloigné, etc.).


Priorité :

- Interactions réelles avec les adultes,
- Jeu physique et sensoriel,
- Lecture d'histoires, comptines, jeux simples,
- Repères stables (voix, routine, contact visuel...).

Chez l'enfant

2–5 ans < 1h/jour Contenu éducatif, accompagné

6–12 ans Max 1–2h/jour Temps équilibré avec sport, sommeil, socialisation

 Jamais d'écran :

- Pendant les repas,
- 1h avant de dormir,
- Pour calmer un enfant en crise (risque de dépendance comportementale).



Conseils pratiques

- Co-visionner : accompagner et parler avec l'enfant.
- Privilégier les contenus éducatifs et interactifs.
- Installer des routines sans écran : lecture, bricolage, jeux libres...
- Modéliser un bon usage en tant qu'adulte.

Et les parents?

- Dans la sphère familiale, le mauvais usage des écrans est devenu chose courante. L'essor rapide - et envahissant - des écrans dans les foyers laisse les parents démunis face à une nouvelle technologie dont ils ont du mal à réguler leur propre utilisation.
- L'enfant va souvent reproduire le comportement des adultes. Les petits ont tendance à imiter leurs parents, un adulte qui utilise son smartphone en présence de son bébé va moins communiquer: utiliser des phrases plus courtes, des mimiques plus pauvres, privant ainsi son enfant d'une interaction riche



Et les parents?

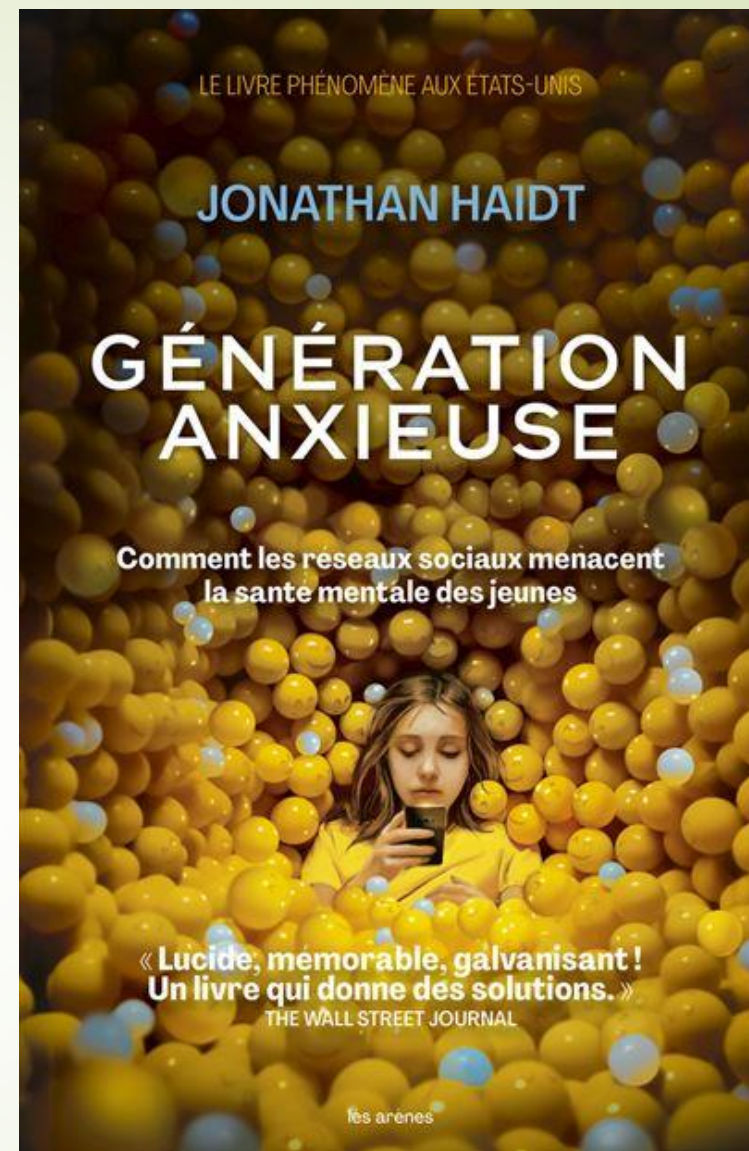
- ▶ «Il y a une grande inégalité sociale devant les écrans, admet Serge Tisseron. Mettre un enfant devant la télé, c'est gratuit. Lui proposer d'autres activités plus enrichissantes a un coût économique que tout le monde ne peut pas assumer.»
- ▶ La fatigue, ou le simple besoin de disposer d'un peu de temps pour soi, peut expliquer le manque d'accompagnement des enfants dans leur utilisation d'écran.
- ▶ «Si les parents interagissent moins avec leurs enfants, ou les laissent trop régulièrement devant les écrans, c'est souvent que leur vie à eux est très difficile», poursuit Tisseron, convaincu de **l'inutilité des discours alarmistes «décourageants» et «stigmatisants»**.

Et les parents?

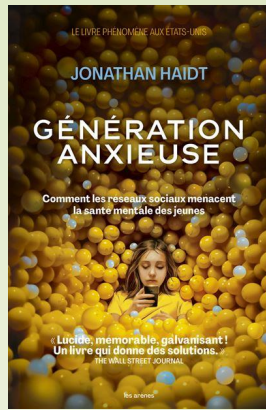
- Pour l'ancien clinicien, il faut faire preuve de réalisme pour prévenir les usages à risques :
- «Plutôt que de culpabiliser une mère célibataire parce qu'elle a laissé son gamin une demi-heure devant un dessin animé, mieux vaut l'inciter à compenser le temps perdu par son enfant devant l'écran en lui consacrant toute son attention la demi heure qui suit.»

Et les ados?

- Jonathan Haidt soutient que l'arrivée massive des **smartphones et des réseaux sociaux** vers 2010-2012 a coïncidé avec une **forte augmentation de l'anxiété, de la dépression, de l'automutilation et des pensées suicidaires** chez les adolescents, surtout les filles.
- Il parle d'une « expérience de privation sensorielle et sociale » causée par la surutilisation des écrans, qui remplace les interactions réelles et le jeu libre.

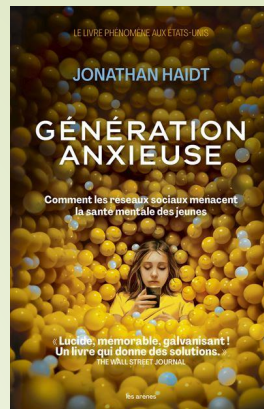


Et les ados?



- Selon lui, les smartphones modifient profondément **le développement psychologique et social** des enfants :
 - Moins d'autonomie,
 - Moins de résilience émotionnelle,
 - Moins d'interactions physiques entre pairs,
 - Plus de pression sociale constante via les réseaux.
- Il appelle cela une transition vers une **"enfance surprotégée en ligne"** et une **"vie réelle appauvrie"**.

Et les ados?



- Jonathan Haidt ne dit pas que la technologie est mauvaise en soi, mais il appelle à des changements sociaux et politiques :
- **Pas de smartphone avant 14 ans, pas de réseaux sociaux avant 16 ans,**
- **Écoles sans téléphones,**
- **Plus de jeu libre non supervisé,**
- **Mobilisation collective des parents et des institutions.**
- Il insiste sur le fait que ce n'est pas un problème individuel mais **collectif**, qui exige une réponse de société.

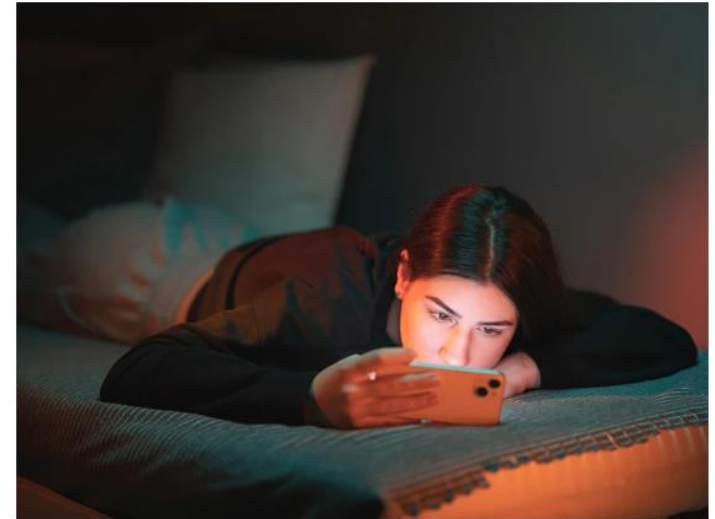
Mais!!

- Candice Odgers sur *Anxious Generation*.
- Ce livre va se vendre à un grand nombre d'exemplaires, car Jonathan Haidt raconte une histoire effrayante sur le développement des enfants que de nombreux parents sont enclins à croire.
- La suggestion répétée du livre selon laquelle les technologies numériques sont en train de recâbler le cerveau de nos enfants et de provoquer une épidémie de maladies mentales n'est pas étayée par la science.

The great rewiring: is social media really behind an epidemic of teenage mental illness?

The evidence is equivocal on whether screen time is to blame for rising levels of teen depression and anxiety – and rising hysteria could distract us from tackling the real causes.

By [Candice L. Odgers](#) 

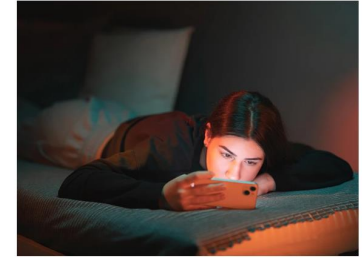


Social-media platforms aren't always social. Credit: Getty

The great rewiring: is social media really behind an epidemic of teenage mental illness?

The evidence is equivocal on whether screen time is to blame for rising levels of teen depression and anxiety – and rising hysteria could distract us from tackling the real causes.

By Candice L. Odgers



Social-media platforms aren't always social. Credit: Getty

- La métaanalyse de la littérature ne suggère pas que l'utilisation des médias sociaux prédit ou cause la dépression, mais que les jeunes qui ont déjà des problèmes de santé mentale utilisent ces plateformes plus souvent ou d'une manière différente de leurs pairs en bonne santé.
- Les résultats de l'étude sur le développement cognitif du cerveau des adolescents n'ont pas mis en évidence de changements radicaux liés à l'utilisation de la technologie numérique.
- Candice Odgers, en tant que psychologue des enfants et des adolescents, comprends la frustration et le désir d'obtenir des réponses simples. En tant que parent d'adolescents, elle aimerait également identifier une source simple pour la tristesse et la douleur dont cette génération fait état. Mais ce n'est pas la surexposition aux écrans.

► Ce n'est pas nouveau!!



As novels became more prominent during the 1700s, society and the media grew increasingly concerned that young people spent too much time reading books. They even went so far as to call it 'reading rage,' 'reading fever,' 'reading mania,' and 'reading lust.'

Mon enfant ne lit que des mangas, faut-il s'en inquiéter?

Recueilli par [Paula Pinto Gomes](#)

Modifié le 26 janvier 2017 à 10h54




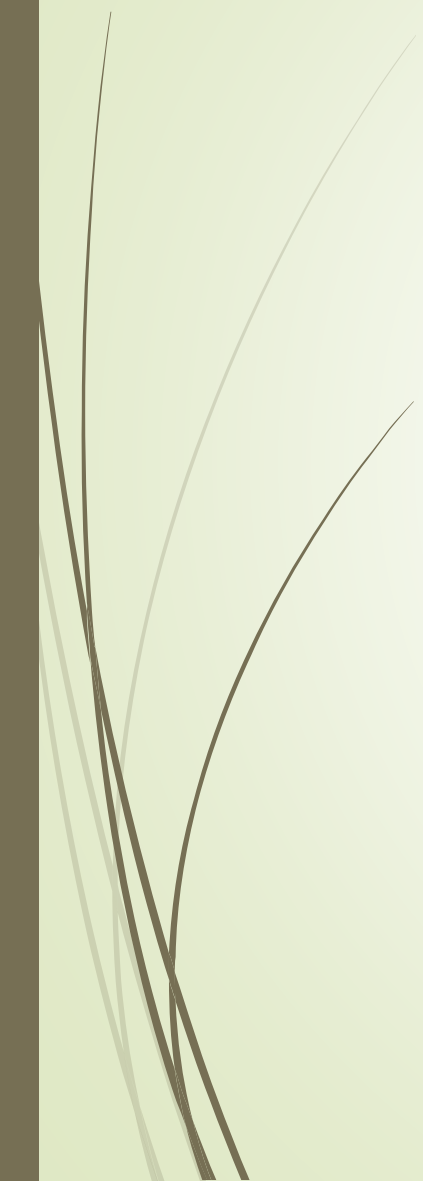
- ▶ Enfant on me disait de lire des livres car les BD empêchaient l'apprentissage de la lecture...



- ▶ Dans les années 1990 on nous a avertit du danger des jeux vidéo: violence, isolement sociale...
- ▶ Maintenant les jeux vidéos sont vus comme susceptible de lutter contre le stress, la douleur, ou même d'améliorer les capacités cognitives.

Une comparaison osée: Ecran et Sucre

Domaine	Écrans	Sucre
Stimulation	Très forte (dopamine, nouveauté constante)	Très forte (dopamine, plaisir immédiat)
Risque de dépendance	Oui (renforcement comportemental)	Oui (envie, récompense rapide)
Impact sur le développement	Sur attention, langage, émotion, sommeil	Sur métabolisme, humeur, énergie, caries
Effets à long terme	Anxiété, isolement, troubles du sommeil	Obésité, diabète, maladies cardiovasculaires
Recommandation générale	🚫 Limiter et accompagner	🚫 Limiter et éduquer
Interdiction totale ?	✗ Non (mais encadrer strictement selon l'âge)	✗ Non (mais quantité modérée, contexte)
Moment à éviter	Le soir, pendant les repas, pour calmer	Avant les repas, en récompense, avant le coucher
Accompagnement recommandé ?	☑️ Oui (co-visionnage, dialogue)	☑️ Oui (manger ensemble, modérer sans diaboliser)

- 
- 
- Nous ne recommandons pas l'utilisation des écrans quelque soit l'âge!!
 - Chez enfant: ne pas interdire les écrans mais gérez les temps d'utilisation avec des objectifs précis
 - Interagissez avec les enfants autant que possible
 - Soyez vigilant sur le contenu que les enfants visionnent.

- Accueil
- Infos aux parents
- Thèmes des études
- Foire aux questions (FAQ)
- Équipe
- Ressources documentaires
- Contact & localisation
- Mentions légales



COMMENT
PARTICIPER
& INSCRIRE
SON ENFANT

[Cliquez ici](#)

Le Centre d'études grenoblois du nourrisson et du jeune enfant est spécialisé dans l'étude du développement des capacités sensorielles et de la motricité des nourrissons ou très jeunes enfants (entre 2 mois et 2 ans). Les études que nous menons se déroulent avec des enfants en présence du parent dans une pièce conviviale sur le Domaine universitaire de Grenoble.