

23^e CONGRÈS NATIONAL

CNGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer
et enseigner
la médecine
générale

29 NOV.
1^{ER} DÉC.
2023

40 ANS
du
CNGE

Centre
des congrès de
Lyon

Repérage précoce de la surexposition aux écrans des enfants de 0 à 18 ans et intervention brève en soins primaires: élaboration d'un questionnaire de prévention par ronde Delphi

CHAMBE Juliette

BERTHOU Anne

CHEVRIAUX Amandine

PINAUD Camille

RÉGNIER Cécile

#CNGE2023

www.congrescnge.fr

23^e CONGRÈS NATIONAL

CNGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer
et enseigner
la médecine
générale



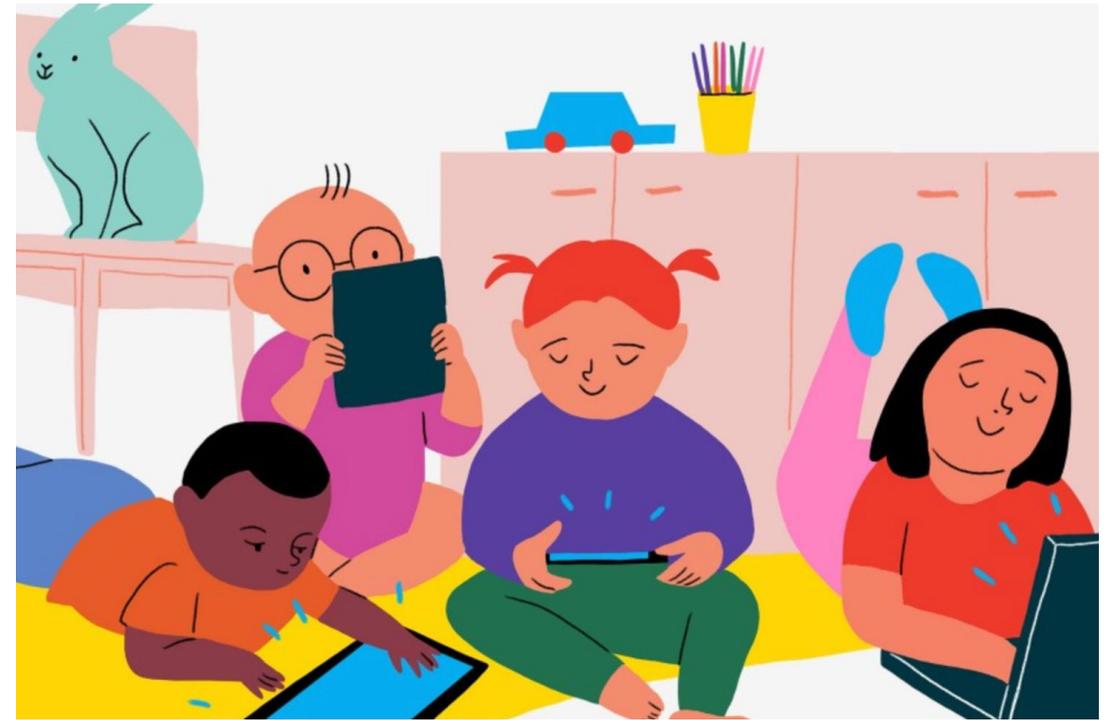
29 NOV.
1^{ER} DÉC.
2023

40 ANS
du
CNGE

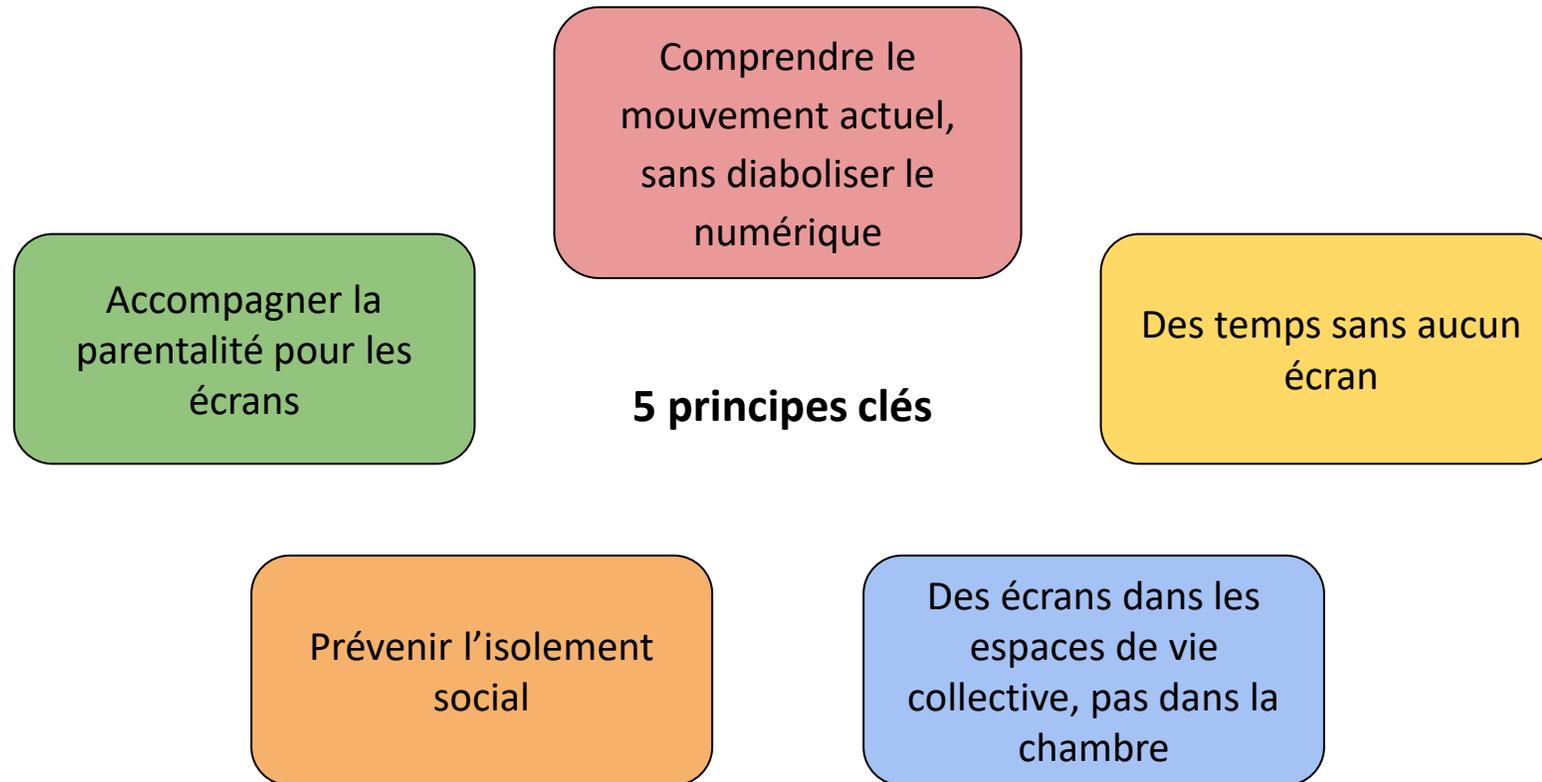
Centre
des congrès de
Lyon

« Tout le monde en parle »

Médecins comme patients,
semblent connaître les risques,
même partiellement



Les messages clés de la Société Française de Pédiatrie



L'enfant et les écrans : les recommandations du Groupe de pédiatrie générale (Société française de pédiatrie) à destination des pédiatres et des familles; Perfectionnement en Pédiatrie 2018;1:19-24

« Personne ne l'aborde » ...

Manque d'information

De temps

Difficulté de la démarche

Recommandations discordantes

Manque d'outils pratiques à disposition du praticien

Attente des médecins généralistes d'un outil de prévention prévu à cet effet

Revue de la littérature

“ Existe-t-il des questionnaires de prévention concernant la surexposition aux écrans chez les enfants, valides au niveau international et utilisables en soins primaires? ”

NON

Ne s'applique aux soins primaires

Ne permet de s'adresser à tous les enfants quel que soit leur âge

Ne concerne un usage problématique tout écran confondu

Ne balaye les 4 thématiques principales à explorer : le contexte d'utilisation, la consommation, les connaissances et les conséquences.

Mais...

20 questionnaires
utilisés

334 questions
recueillies

Regroupement,
reformulation

Liste de 65
questions

**23^e CONGRÈS
NATIONAL**

CNGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer
et enseigner
la médecine
générale

29 NOV.
1^{ER} DÉC.
2023

40 ANS
du
CNGE

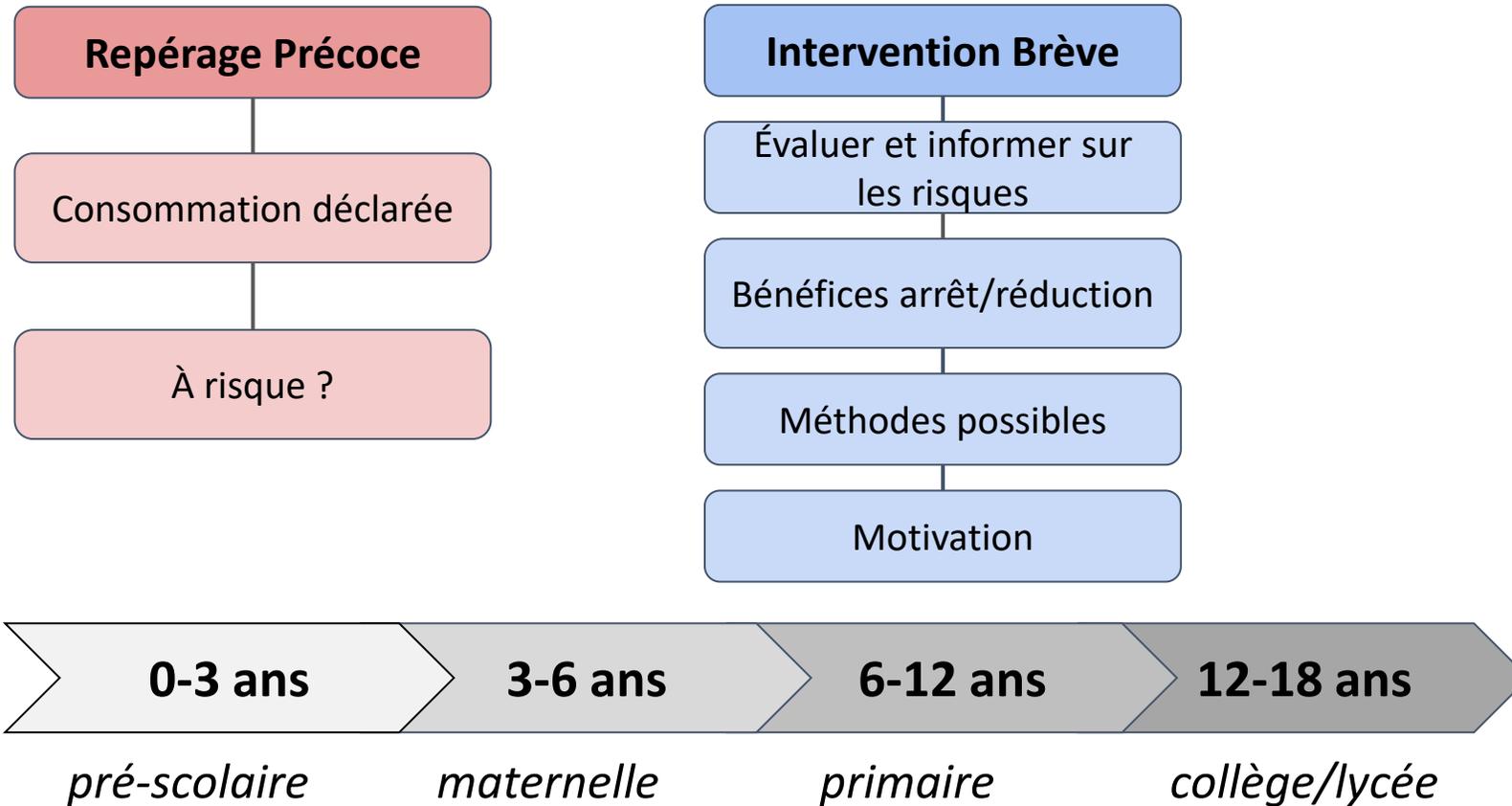
Centre
des congrès
de
Lyon

“Comment élaborer un outil de prévention efficace concernant la surexposition aux écrans, utilisable en pratique courante de soins primaires avec les enfants de 0 à 18 ans ?”

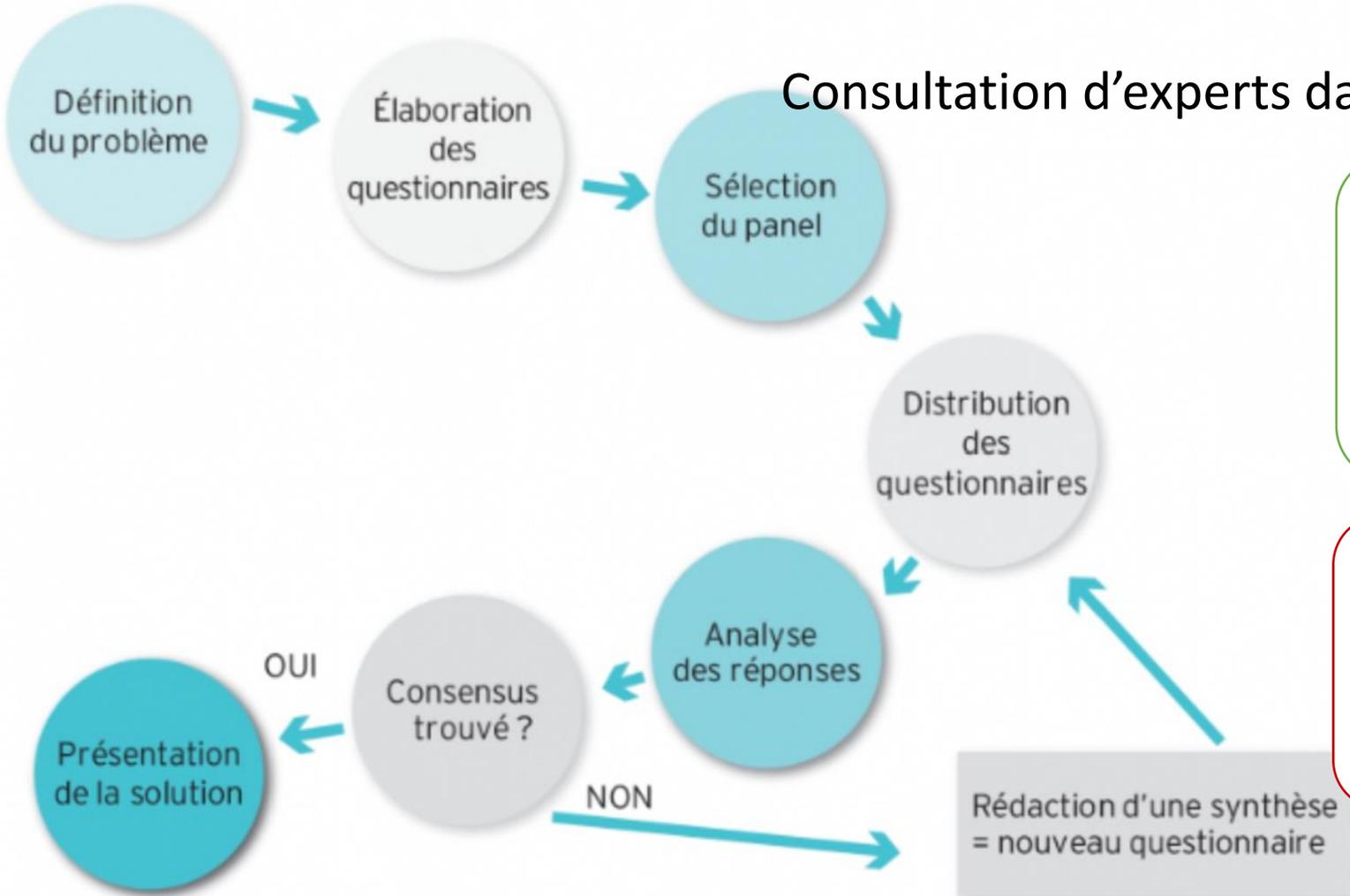
#CNGE2023

www.congrescnge.fr

Prévention primaire VS Prévention secondaire



Méthode de la ronde Delphi : Consultation d'experts dans le but d'élaborer un consensus



AVANTAGES :

- recueil riche
- logistique moindre
- temps de réflexion
- anonymat et indépendance

INCONVÉNIENTS :

- longueur
- ne tient pas compte des extrêmes
- biais de sélection

23^e CONGRÈS NATIONAL

CNGE COLLÈGE ACADEMIQUE

Exercer
et enseigner
la médecine
générale



29 NOV.
1^{ER} DÉC.
2023

40 ANS
du
CNGE

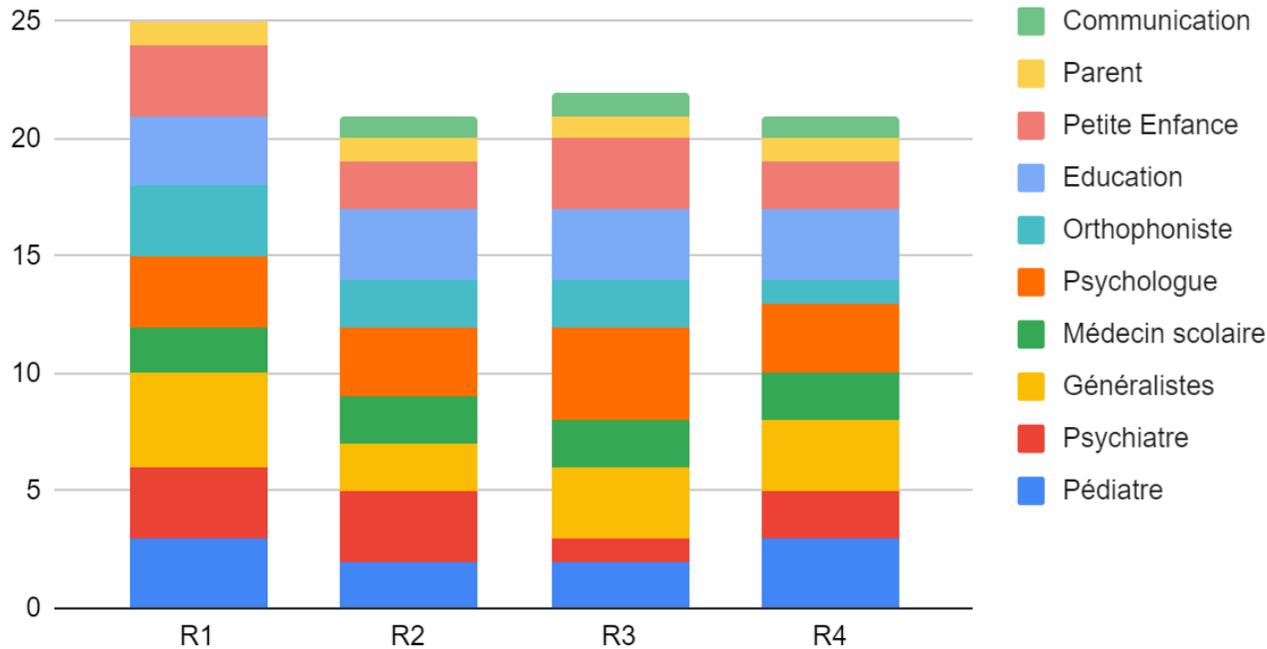
Centre
des congrès
de
Lyon

50 contacts

37 accords

28 experts
participants

Nombre de participants par ronde



79% de femmes,

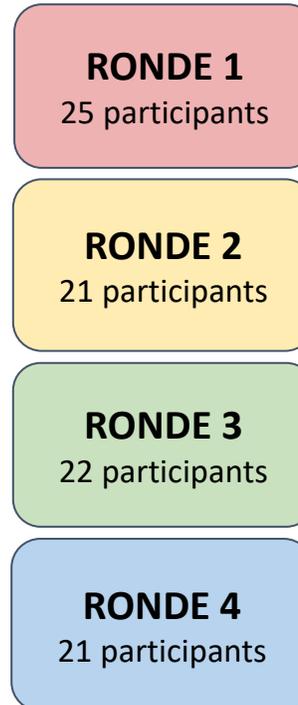
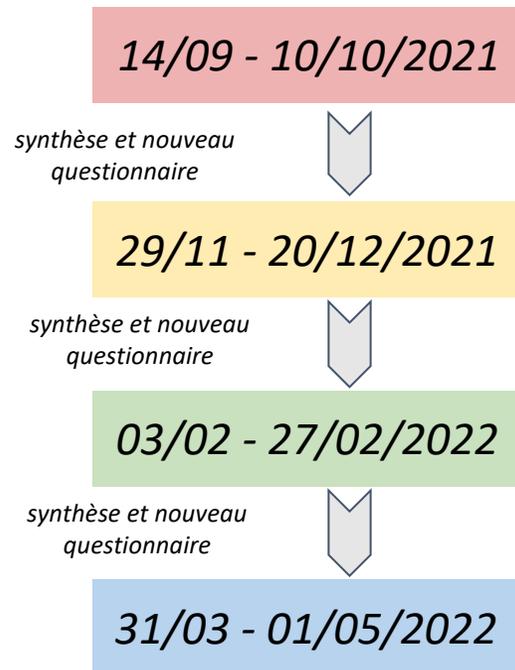
65% de parents

ayant en moyenne 2 enfants,

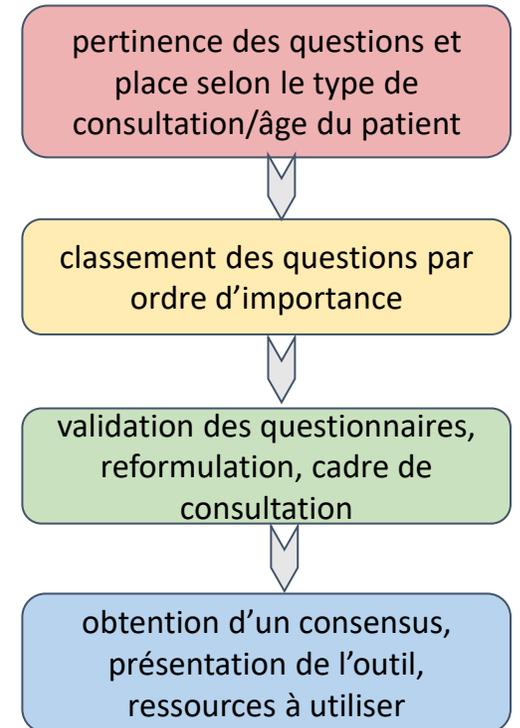
moyenne d'âge de 45 ans.

Ronde Delphi

CHRONOLOGIE

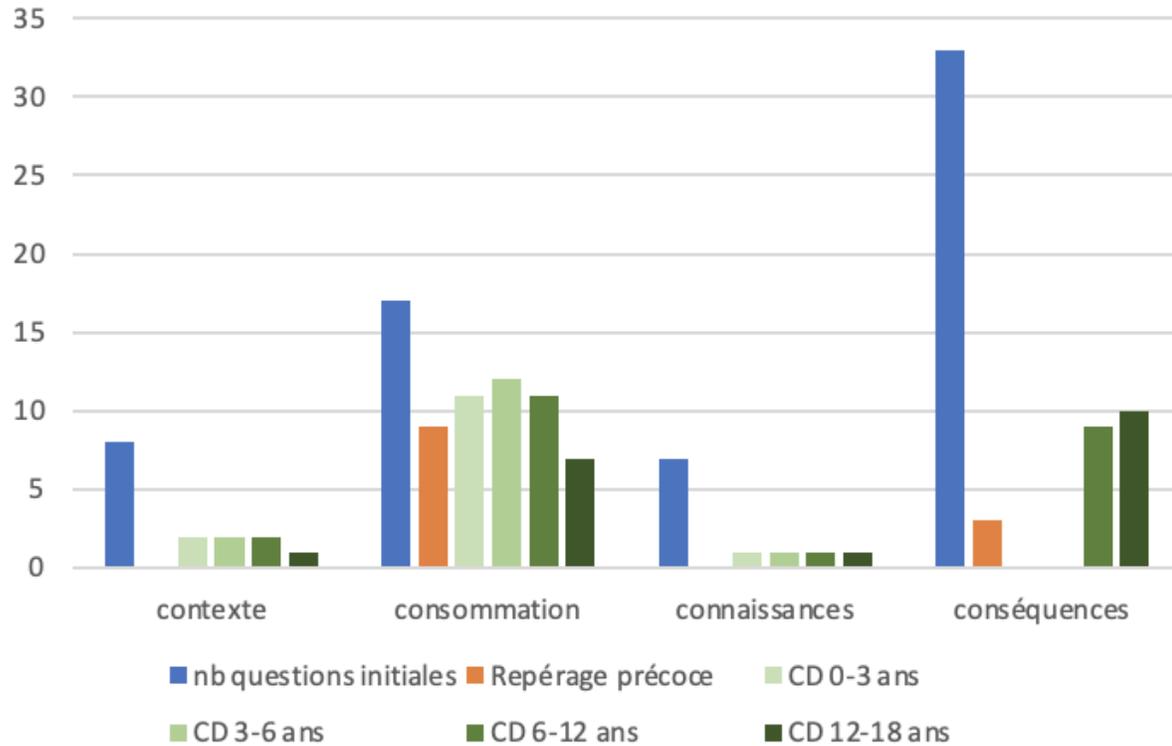


OBJECTIFS

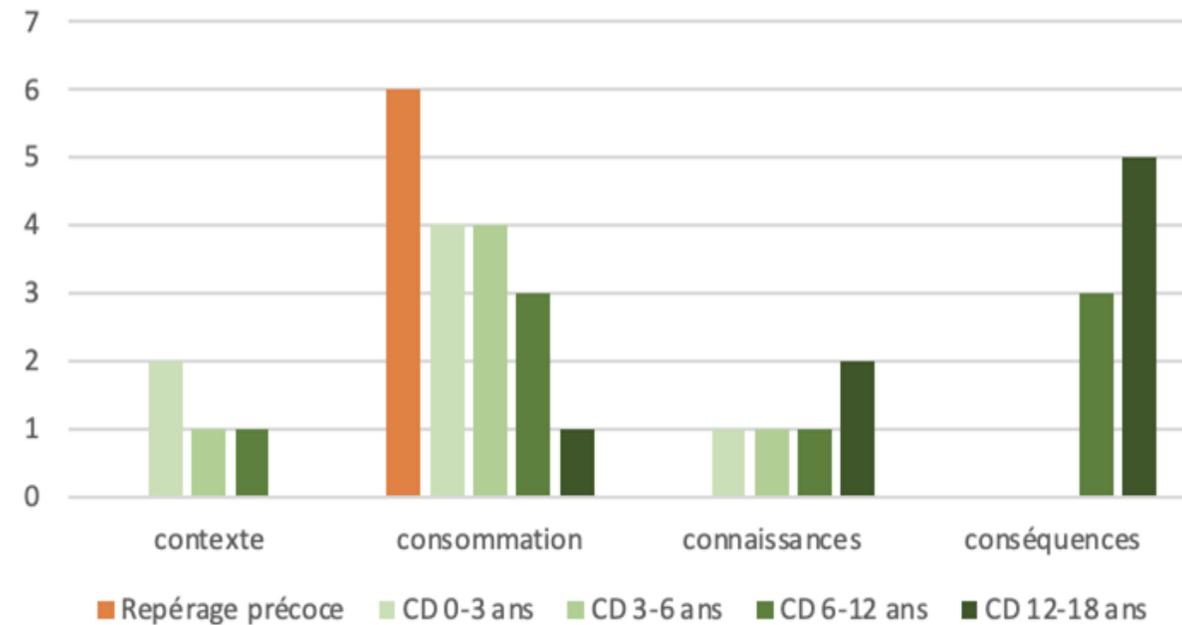


Évolution de la sélection de questions

Ronde n°1



Ronde n°2



Outil final

Questions de Repérage Précoce

1. Où ?

Votre enfant a-t-il de

2. Quand ?

Votre enfant regarde

- le matin ?
- pendant les repas
- dans les 2h avant

Pouvez-vous estimer
passe devant les éc

3. Comment ?

Votre famille s'est-elle dotée de règles relatives à l'utilisation des écrans ?

***Tout repérage d'un **signe d'alerte** parmi la liste suivante doit mener à la réalisation d'une Consultation Dédiee :

- **l'absence de régulation ou d'accompagnement des écrans ;**
- **les troubles du développement psychomoteur (trouble de l'attention et hyperactivité, trouble de la coordination, des apprentissages écrits et oraux...)** ;
- **les troubles du sommeil (sommolence, cauchemars...)** ;
- **l'apparition de difficultés scolaires ;**
- **les troubles anxieux ;**
- **l'agressivité ou la violence ;**
- **la fatigue visuelle, les céphalées ;**
- **l'isolement ;**
- **le surpoids, l'obésité.**

rnant la surexposition aux écrans

points importants sans nécessairement être exhaustive ;
zitifs réalisables, sans vouloir changer toutes les habitudes familiales ;
onseils et permet de proposer un suivi ;



Questions de Consultation Dédiée

A destination des parents, accompagnés des enfants

1. 0-3 ans

- Votre enfant a-t-il un accès libre aux écrans ?
- Votre enfant regarde-t-il des écrans seul ?
- Confiez-vous votre téléphone à votre enfant ? Si oui, dans quelles situations ?
- Que regarde votre enfant ? Choisissez-vous ensemble ce qu'il regarde ?
- A la maison, la télévision est-elle souvent allumée, même lorsque personne ne la regarde ?
- Lorsque vous êtes avec votre enfant, utilisez vous un écran ?
- Selon vous, quelles peuvent être les conséquences positives ou négatives d'une exposition aux écrans à cet âge ?

2. 3-6 ans

- Votre enfant a-t-il un accès libre aux écrans ?
- Votre enfant regarde-t-il des écrans seul ?
- Confiez-vous votre téléphone à votre enfant ? Si oui, dans quelles situations ?
- Que regarde votre enfant ? Choisissez-vous ensemble ce qu'il regarde ?
- Discutez-vous avec votre enfant de ce qu'il regarde ?
- Selon vous, quelles peuvent être les conséquences positives ou négatives d'une exposition aux écrans à cet âge ?

Pour en savoir plus !

<https://www.declie-ecrans.com/>



Pour en savoir plus !

Questions de Consultation Dédiée

A destination des enfants

1. 6-12 ans

- As-tu ton propre écran ? (Préciser le type)
- Que regardes-tu et que fais-tu sur les écrans ?
- Discutes-tu du contenu regardé avec tes parents ?
- As-tu déjà vu des choses qui ne sont pas de ton âge ou qui t'ont choqué ? (Violence ? Pornographie ?)
- As-tu d'autres activités en dehors des écrans ? Lesquelles ?
- Y a-t-il des disputes à la maison à propos des écrans ?
- D'après toi, quelles peuvent être les conséquences positives ou négatives de l'utilisation des écrans ?
- Pourrais-tu te passer des écrans pendant une journée ? Serais-tu prêt à essayer ?

2. 12-18 ans

- Que regardes-tu et que fais-tu sur les écrans ?
- Discutes-tu du contenu regardé avec tes proches ?
- As-tu déjà vu des choses qui ne sont pas de ton âge ou qui t'ont choqué ? (Violence ? Pornographie ?)
- Quels sont tes activités ou centres d'intérêts en dehors des écrans ?
- Est-ce que tu penses que les écrans ont déjà eu un impact négatif sur tes résultats scolaires ou tes devoirs ?
- Y a-t-il des disputes à la maison à propos des écrans ?
- D'après toi, quelles peuvent être les conséquences positives ou négatives de l'utilisation des écrans ?
- Pourrais-tu te passer des écrans pendant une journée (hors travail scolaire) ? Serais-tu prêt à essayer ?

Autrices : Amandine CHEVRIAUX, Camille PINAUD et Cécile REGNIER

23^e CONGRÈS NATIONAL

CNCGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer
et enseigner
la médecine
générale



29 NOV.
1^{ER} DÉC.
2023

40 ANS
du
CNCGE

Centre
des congrès de
Lyon

Outils d'accompagnement selon l'âge

- www.pegi.info : jeux vidéos par âge, programme européen
- www.filmages.ch : films par âge, site agréé par les instances de Suisse
- www.filmspourenfants.net : films par âge, site développé par un éducateur spécialisé, grille d'évaluation disponible

Pour en savoir plus !

Sites internet d'informations sur les écrans

- www.surexpositionecrans.org : collectif surexposition écrans
- www.3-6-9-12.org/les-balises-3-6-9-12/
- www.sabineduflo.fr/ : les 4 pas

- www.mediapte.fr : actualités et formations, agrément ministériel
- chevaliersduweb.fr
- www.internetsanscrainte.fr : programme national européen
- www.pedagojeux.fr : collectif expert des jeux vidéos

Sites internet d'éducation à la santé

- reseau-morphee.fr/
- www.jouepenseparle.com : collectif d'orthophonistes
- naitreetgrandir.com/fr/
- yapaka.be

En partenariat avec



<https://www.declieccrans.com/>

Pour toute la famille

- *Réduire les écrans*, Elisabeth Baton-Hervé, Editions Nathan, Collection 10 jours pour changer, 2021, 32 pages
- *Samsam regarde trop la télé*, Serge Bloch, Editions Bayard Jeunesse, Collection Ma vie de héros, 2021, 28 pages
- *Lili se fait piéger sur internet & Max est fou de jeux vidéos*, Dominique de Saint-Mars, Editions Calligram, 2016 & 1993, 48 pages & 41 pages
- *Les écrans, mode d'emploi pour une utilisation raisonnée en famille*, Sylvie Dieu-Osika, Editions Hatier, Collection 10 clés, 2018, 64 pages
- *Lâche ton téléphone, Programme de détox digitale*, Catherine Price, Editions Lgf, 2018, 176 pages

Pour approfondir

- *Doser les écrans en famille*, I. Frenay & B. Antoine, Editions First editions, 2019, 192 pages
- *L'enfant et les écrans*, Sylvie Bourcier, Editions Hôpital Sainte Justine, Collection Parents, 2011, 184 pages
- *La civilisation du poisson rouge*, Bruno Patino, Editions Grasset, 2019, 184 pages
- *Quand les écrans deviennent neurotoxiques, protégeons le cerveau de nos enfants*, Sabine Duflo, Editions Marabout, 2018, 288 pages
- *3-6-9-12 Apprivoiser les écrans et grandir*, Serge Tisseron, Editions Érès, 2017, 160 pages
- *La fabrique du crétin digital. Les dangers des écrans pour nos enfants*, Michel Desmurget, Editions Seuil, 2019, 432 pages

Autrices : Amandine CHEVRIAUX, Camille PINAUD et Cécile REGNIER



3

23^e CONGRÈS NATIONAL

CNGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer et enseigner la médecine générale

29 NOV.
1^{ER} DÉC.
2023

40 ANS du CNGE

Centre des congrès de Lyon

Forces

Adhésion

Pluridisciplinarité

Applicabilité en soins primaires

Limites

Biais de recrutement

Biais de sélection

Biais d'interprétation

23^e CONGRÈS NATIONAL

CNGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer
et enseigner
la médecine
générale



29 NOV.
1^{ER} DÉC.
2023

40 ANS
du
CNGE

Centre
des congrès
de
Lyon

Perspectives



Evaluation de l'outil en pratique



Diffusion



thèse en cours pour valider le questionnaire de Repérage Précoce



Thèse à venir : « exploration des attentes des parents vis-à-vis du MG concernant la prévention de l'exposition aux écrans des enfants de 0-18 ans »



Projet RESP-IR pour valider l'outil de consultation dédiée pour les adolescents