

CO-ORGANISÉ  
AVEC LES COLLÈGES  
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon  
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS  
NATIONAL**  
CNGE Collège Académique



24<sup>e</sup>

EXERCER  
ET ENSEIGNER  
LA MÉDECINE  
GÉNÉRALE



Strasbourg  
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

# Quel est l'impact des réseaux sociaux sur la santé ?

## Point de vue des adolescents

Département de **médecine générale**  
et de la **formation territoriale** | DMG-FT  
Université de Strasbourg

Elen SCHMITT - Camille LEPINE  
DMG-FT Strasbourg

#CNGE2024

[www.congrescngc.fr](http://www.congrescngc.fr)

# Déclaration des liens d'intérêts

Impact des réseaux sociaux sur la santé

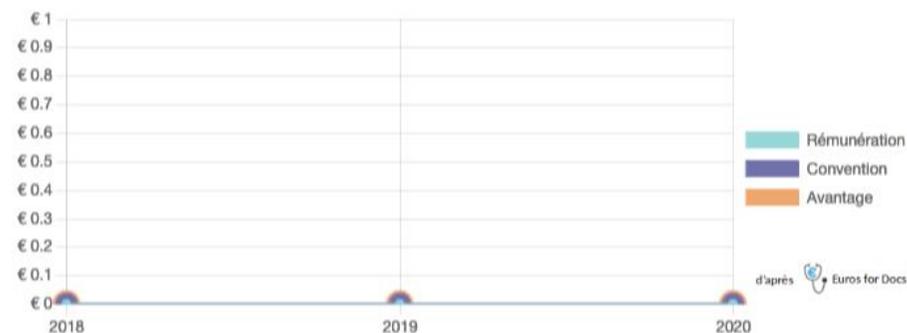
Point de vue des adolescents



## Déclaration publique d'intérêts de Lepine Camille

08/11/2024

### Financements reçus de l'industrie



### Liens spécifiques à l'intervention

« Congrès CNGE 2024 »

- Aucun

### Autres liens d'intérêts

#### Activité professionnelle

- Médecin généraliste (2019-en cours)
- Cheffe de clinique des universités (Depuis 2018)
- Groupe de travail

#### Engagements

- Association Cité santé Neuhof (2019-en cours)

### Principaux financeurs

- Aucun

### Déclaration complète

- disponible sur Archimede.fr



# Introduction

Impact des réseaux sociaux sur la santé

Point de vue des adolescents

Au moins 1 réseau social : 68% des filles et 62% des garçons



Temps sur les réseaux sociaux : 2h15/jour



# Introduction

Impact des réseaux sociaux sur la santé

Point de vue des adolescents

France Info

Australie : le gouvernement veut interdire les réseaux sociaux aux moins de 16...



La Croix

Face au risque d'addiction, faut-il quitter les réseaux sociaux ?

Facebook, Twitter, TikTok... Les réseaux sociaux ne cessent d'happer notre attention, au risque de devenir une forme d'addiction.



## « Culture de la peur »

RMC

L'alerte sur les mauvais conseils beauté des réseaux sociaux

TikTok, Instagram, Facebook regorgent de tutos make-up. Guillemette Franquet nous alerte sur les mauvais conseils beauté des réseaux sociaux...



Courrier international

Sur les réseaux sociaux, tous atteints de TDAH ?

Sur Instagram ou TikTok, de nombreux jeunes utilisateurs s'autodiagnosent atteints de troubles de l'attention.

Sciences et Avenir

Les réseaux sociaux sont-ils au-dessus des lois ?

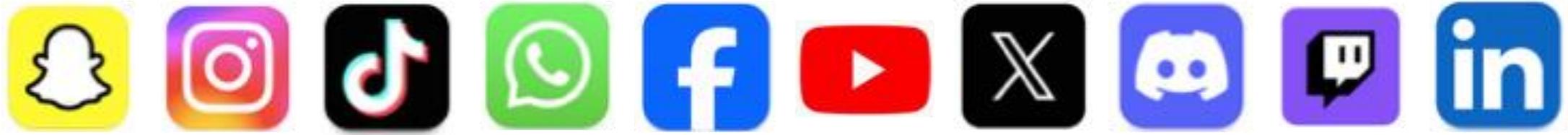
Des affaires judiciaires aux USA et des plaintes en France, comme celle contre TikTok, soulèvent le débat : les plateformes doivent-elles...



# Introduction

Impact des réseaux sociaux sur la santé

-  
Point de vue des adolescents

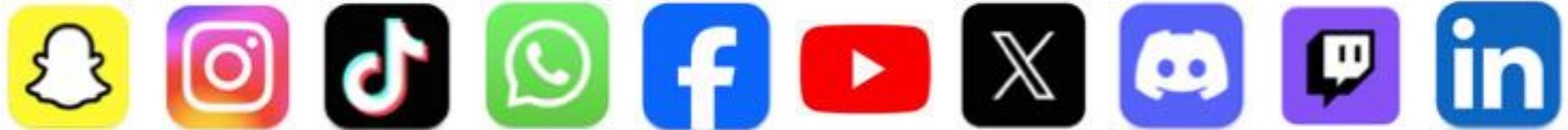


Santé

# Introduction

Impact des réseaux sociaux sur la santé

Point de vue des adolescents



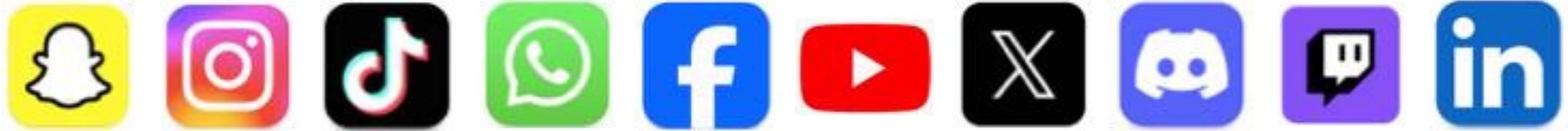
X?

Santé mentale

# Introduction

Impact des réseaux sociaux sur la santé

Point de vue des adolescents



Troubles du sommeil  
Cyberharcèlement



Type d'utilisation

?

Facteurs socio-environnementaux

**Santé mentale**

Quel est le point de vue des adolescents  
quant à l'impact des réseaux sociaux sur leur santé ?

# Méthode

Impact des réseaux sociaux sur la santé

-  
Point de vue des adolescents



```
graph LR; A[Etude qualitative] --> B[Entretiens semi-dirigés]; B --> C[Alsace]
```

Etude qualitative

Entretiens  
semi-  
dirigés

Alsace

# Résultats

Impact des réseaux sociaux sur la santé

-  
Point de vue des adolescents

10  
entretiens

10/2022  
-  
07/2023

12-23 ans

6 ♀  
4 ♂

19 min  
-  
2h17

# Résultats

Impact des réseaux sociaux sur la santé

-  
Point de vue des adolescents



« 11-12 ans »

« Regarder », « suivre »

# Résultats

Impact des réseaux sociaux sur la santé

-  
Point de vue des adolescents

↑ activité physique

Santé physique

Santé mentale

Conseils nutritionnels

Troubles du sommeil

Céphalées

↑ poids

Écrans

« Les réseaux sociaux, ils peuvent nuire à notre santé, je pense »

## Msg malveillants, cyberharcèlement

« J'ai eu de la chance, pour l'instant,  
j'ai pas été harcelée »

## Santé mentale

- Isolement
- ↓ estime de soi
- Stress
- Culpabilité
- Troubles de l'attention
- Troubles de l'humeur
- Auto-mutilation
- Suicide
- Addiction

- Lutter contre la solitude
- Lutter contre l'exclusion
- « Se sentir mieux »
- Divertissement, détente, plaisir → ↓ stress
- « Être dans sa bulle », « réconfort »

# Discussion

Impact des réseaux sociaux sur la santé

-  
Point de vue des adolescents

## Limites

- Recrutement en milieu de soins
- Connaissance du statut de l'investigatrice

# Discussion : en pratique ?

Quelle place pour le MG ?

« Est-ce que du coup, vous,  
vous faites aussi la santé mentale ? »

**Oui !**

# Discussion : en pratique ?

HEADS<sup>4</sup>



- Quel réseau social utilisez-vous ?
- Pensez-vous avoir été harcelé sur les réseaux sociaux ?
- Donnez-vous des détails personnels sur les réseaux sociaux ?

# Discussion : en pratique ?

## BITS

thème	1 point	2 points	Score
<b>B rimades</b>	A l'école	Hors école	/2
<b>I nsomnies</b>	Fréquentes	Cauchemars	/2
<b>T abac</b>	Irrégulier	Quotidien	/2
<b>S tress</b>	Scolaire (travail) <b>OU</b> Familial	Scolaire (travail) <b>ET</b> Familial	/2

- > ou = 3 points :
- mal-être ?
  - scarifications ?
  - idées suicidaires ?



# Conclusion

Impact des réseaux sociaux sur la santé

Point de vue des adolescents

- Impact sur la santé ?
  - Variable selon le **réseau social** ... Et donc évolutif
  - Variable selon la **vulnérabilité** de l'adolescent
- Ne pas diaboliser les réseaux sociaux car indispensables
- Test BITS (*HAS, 2021*)



CO-ORGANISÉ  
AVEC LES COLLÈGES  
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon  
• Nancy • Besançon

# CONGRÈS NATIONAL

CNGE Collège Académique



24<sup>e</sup>

EXERCER  
ET ENSEIGNER  
LA MÉDECINE  
GÉNÉRALE



Strasbourg

Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

Merci pour votre attention !



c.lepine@unistra.fr



CO-ORGANISÉ  
AVEC LES COLLÈGES  
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon  
• Nancy • Besançon

# CONGRÈS NATIONAL

CNGE Collège Académique



24<sup>e</sup>



EXERCER  
ET ENSEIGNER  
LA MÉDECINE  
GÉNÉRALE



Strasbourg

Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

#CNGE2024

[www.congrescnge.fr](http://www.congrescnge.fr)

# Discussion : en pratique ?

- Accompagner les ado à la recherche d'un équilibre

Indispensables



Régulation

- Autorégulation
- Contrôle parental