

## V. CONCLUSION

A l'ère du numérique, les médecins sont nombreux à aborder le sujet des écrans en consultation, puisque trois quarts des médecins de notre étude ont répondu réaliser de la prévention quant à l'exposition des enfants aux écrans, dont la moitié avant l'âge d'un an. Pour cela, ils déclarent surtout utiliser comme outils les balises « 3-6-9-12 » de Serge Tisseron et les « 4 pas » de Sabine Duflo, même si la majorité n'y pense pas spontanément. Le carnet de santé, lui, n'arrive qu'en 5<sup>ème</sup> position des outils cités pour la réalisation de cette prévention, alors que tous les médecins déclarent s'en servir en consultation, a minima pour les consultations de suivi en pédiatrie.

Tandis que 60% des médecins de notre étude se servent du carnet de santé pour discuter de différents sujets avec les parents, la majorité n'est pas au fait des mises à jour concernant les écrans, ajoutées dans ce dernier en 2018. Les parents, quant à eux, ne remplissent pas l'encart qui leur est destiné avant de venir à la consultation de suivi de leur enfant, laissant penser qu'ils ne lisent pas non plus les encadrés concernant les écrans présents à partir du 24<sup>ème</sup> mois. On peut conclure qu'une meilleure connaissance des informations présentes dans le carnet de santé et une incitation à remplir l'encart destiné aux parents seraient des pistes pour appuyer la prévention de la surexposition aux écrans en consultation de médecine générale. Pour cela, on pourrait proposer des affiches à visée des parents, invitant à consulter le carnet de santé, ainsi qu'une formation des internes de médecine générale intégrant les risques de la surexposition aux écrans, mais surtout l'utilisation du carnet de santé, mine d'or d'informations. Ce dernier pourrait d'ailleurs être complété avec l'ajout des

« 4 pas » de Sabine Duflo, ainsi qu'un lien de téléchargement de l'application « Faminum », afin d'inciter les médecins à utiliser ces outils. En effet, les médecins interrogés se forment surtout par eux-mêmes, à travers des lectures personnelles, et ont peu connaissance des campagnes nationales réalisées sur le sujet. Une étude évaluant les connaissances des parents concernant les informations sur les écrans présentes dans le carnet de santé pourrait également être intéressante.

Les médecins sont d'avis que le sujet doit être abordé avant les 4 mois du nourrisson. Ceci laisse penser que les indications sur les écrans et l'ajout d'une éventuelle case à cocher « informations sur les écrans données » devraient être notées dans le carnet de santé bien avant le 24<sup>ème</sup> mois. De plus, une brochure avec des informations à jour pourrait être remise dès la maternité.

Malgré le fait qu'ils ne fassent pas significativement plus de prévention sur la surexposition aux écrans, les maîtres de stages universitaires en santé de l'enfant sont plus nombreux à connaître la règle des « 4 pas ». Ils sont probablement mieux informés, du fait de leur formation ou leur pratique de la pédiatrie, sur le sujet des écrans.

La proposition de loi relative à la prévention de l'exposition excessive des enfants aux écrans, en cours d'élaboration, devrait permettre d'agir sur d'autres pans que le médical (commerce, petite enfance, éducation nationale etc) et ainsi renforcer le discours des médecins.

Le but n'est pas de diaboliser les écrans, mais d'expliquer l'intérêt d'un usage raisonné en proposant des alternatives aux familles de jeunes enfants, et ce avant l'installation des habitudes familiales. Les jeunes auront par la suite bien (trop) l'occasion de passer du temps devant des écrans.

VU

Strasbourg, le 24/01/2024.....

Le président du jury de thèse

Professeur.....



VU et approuvé

Strasbourg, le 19 JAN 2024.....

Le Doyen de la Faculté de Médecine, Maïeutique et Sciences de la Santé

Professeur Jean SIBILIA

