L’Academie Americaine de pédiatrie met en garde contre l’usage des écrans par les enfants

2016-10-25 01:01:01

L’Académie Américaine de Pédiatrie vient de publier des recommandations visant à limiter l’usage des appareils à écrans (portables, tablettes…) par les enfants. Confirmant l’expertise de l’ANSES, les membres de cette Académie soulignent notamment les effets sur le sommeil, sur la concentration (difficulté, par exemple de terminer ses devoirs), sur le comportement liés à une exposition prolongée aux écrans.

Concrètement l’AAP recommande

- D’éviter toute utilisation d’écran pour les enfants moins de 18 mois, et privilégier des programmes éducatifs pour introduire les 18-24 mois aux écrans, en les accompagnant pour leur expliquer le contenu.
- Pour les 2-5 ans nécessité d’imposer une limite de temps : une heure d’écran par jour maximum avec accompagnement.
- Pour les enfants de 6 ans et plus, réguler l’usage afin qu’ils ne prennent pas la place d’un sommeil suffisant, de l’activité physique et d’autres comportements essentiels à la santé.
- Imposer des moments obligatoires sans écrans ensemble, ceci valant également pour les parents.
- Insister surtout pour les plus grands sur les règles de citoyenneté, la sécurité en ligne et la protection de la vie privée.

Une interpellation de plus pour la Ministre l’Education Nationale !

Ce document a été rédigé par PRIARTEM. Vous n’avez pas le droit de le modifier, de le transformer ou de l’adapter. Vous n'avez pas le droit de l'utiliser à des fins commerciales.

PRIARTEM - Tous droits réservés - © 2026