

Une large étude montre que la consommation d'environnements virtuels plus de 4 h par jour chez les enfants de 0 à 3 ans peut causer un trouble du spectre autistique



Selon une étude réalisée par le psychologue clinicien Marius Teodor Zamfir, la consommation d'un "environnement virtuel" (télévision notamment) supérieur à 4 heures par jour pour des enfants de moins de 3 ans pourrait causer un syndrome analogue aux troubles du spectre autistique, notamment en raison de la privation socio-affective qui y est liée.

Avec François-Marie Caron

Selon une étude réalisée par le psychologue clinicien Marius Teodor Zamfir, la consommation d'un "environnement virtuel" (télévision notamment) supérieur à 4 heures par jour pour des enfants de moins de 3 ans pourrait causer un syndrome analogue aux troubles du spectre autistique, notamment en raison de la privation socio-affective qui y est liée. De tels cas sont-ils effectivement observables ? Quelles en sont les causes principales ?

François-Marie Caron : Les risques liés à une pratique excessive des écrans chez les jeunes enfants sont bien réels et ils ont fait l'objet de plusieurs études (conséquences sur le langage, le développement psycho moteur, l'attention, la concentration, le développement de l'empathie, les compétences socio-relationnelles...).

Mais arrêtons de faire peur aux parents. Les écrans ne rendent pas épileptiques, ne sont pas responsables de l'obésité, de troubles visuels. Ils ont par contre des effets directs nocifs sur le sommeil et participent à l'augmentation de la sédentarité avec toutes ses conséquences.

Il n'y a pas d'éléments dans la littérature scientifique au sujet d'un quelconque rapprochement entre exposition aux écrans et troubles du spectre autistique. Ceci vient tout juste d'être confirmé par les travaux de la haute autorité de santé (HAS) sur la prise en charge de l'autisme parus en février 2018.

Laisser un enfant de moins de trois ans plus de 4 heures par jour devant un écran correspond pour lui à une situation d'abandon, génératrice de troubles du comportement facilement imaginables. Ceci a été décrit à propos des enfants dans les orphelinats roumains, d'ailleurs rapporté dans l'article que vous citez.

Faire croire que les écrans peuvent conduire à un trouble du spectre autistique est un message à caractère sensationnel qui a du coup été largement relayé par certains médias. C'est non seulement infondé sur le plan scientifique, mais cela entretient un climat de panique morale, qui fait obstacle à une compréhension raisonnable des problèmes et ne permet pas de sensibiliser efficacement l'opinion sur les risques liés à un usage excessif des écrans.

D'où vient cette affirmation d'un lien entre autisme et écrans?

L'un des premiers à populariser cette idée, Michael Waldman, n'est ni médecin, ni spécialiste des neurosciences mais économiste à l'université Cornell. Constatant une corrélation étonnante entre niveau de précipitations et prévalence de l'autisme et observant que la pluie favorise le temps passé devant la télévision, il en a déduit que « L'exposition aux écrans des jeunes enfants pourrait déclencher l'autisme, selon l'analyse de données ».

En France, en 2017, un médecin de PMI rencontre un succès important sur les réseaux sociaux, grâce à une vidéo diffusée sur YouTube, en creusant cette idée du lien entre autisme et surexposition aux écrans, mais ne s'appuyant que sur des constatations cliniques personnelles sans preuve scientifique.

Marius Teodor Zamfir, le psychologue roumain que vous évoquez, explique qu'il est impossible de faire la différence entre les enfants autistes « classiques » et les enfants « autistés » par les écrans.

L'information est relayée en juin 2017 par Richard E. Cytowic dans Psychology Today, sous le titre : « Il y a un nouveau lien entre le temps d'écran et l'autisme. Trop d'exposition, surtout chez les garçons, peut nuire au développement social ». Dans cet article, il cite la vidéo française, présentée comme une étude scientifique, ce qu'elle n'est pas : « Une étude vient de paraître en France sous le titre « Troubles autistiques : symptômes alarmants chez les tout-petits exposés aux écrans ».

Marilyn Wedge, thérapeute familiale américaine, entre en scène en août 2017, avec son blog dans lesquels elle expose la « découverte de l'autisme virtuel » toujours sans citer aucune étude. Elle écrit : « Des médecins français ont regardé les enfants qui avaient reçu un diagnostic d'autisme dans les hôpitaux. Ces symptômes ont disparu des enfants un mois après l'élimination de leur temps d'écran. « Autisme virtuel » est le terme qu'elles ont utilisé pour décrire ce phénomène ».

Ces médecins français, critiqués par beaucoup de professionnels spécialistes et chercheurs, mais aussi par les parents d'enfants autistes, ne parlent plus d'autisme mais d'une entité qui ressemble à l'autisme, citant des médecins américains parlant d'« autisme virtuel » alors que les thérapeutes américains qui utilisent ce terme se réclament eux de leur « étude ».

Cet "autisme virtuel" n'est fondé sur aucune étude scientifique, mais sur des affirmations alarmistes qui se valident mutuellement.

Ces effets sur les enfants sont-ils réversibles ou est-ce que la prévention reste le seul moyen d'éviter ce type de symptômes sur ces enfants ? Quelles en sont les conséquences sur le plus long terme ?

Laisser croire que de tels symptômes une fois installés peuvent disparaître en un mois après suppression des écrans paraît peu probable, voire complètement fantaisiste.

Un enfant laissé de façon aussi importante devant un récepteur est de facto victime d'une carence éducative et/ou affective grave. Si la régulation de cette consommation est indispensable, elle ne suffira en aucun cas à compenser l'ensemble des effets du défaut de soins sur le développement de l'enfant. A l'évidence de telles situations requièrent une prise en charge pluridisciplinaire rapide et conséquente.

Quelles sont les recommandations à formuler aussi bien pour prévenir que pour corriger des situations existantes sur ces enfants ?

De nombreuses recommandations ont été émises sur la bonne utilisation des écrans, par des sociétés savantes (Académie américaine de pédiatrie, société française de pédiatrie, association française de pédiatrie ambulatoire), ou par d'autres (3 6 9 12 de Serge Tisseron, relayée par l'AFPA depuis 2011, les 4 pas...).

Elles ont toutes en commun de déconseiller l'usage des écrans chez le tout petit (pas d'écrans avant trois ans est une recommandation qui sera inscrite dans le nouveau carnet de santé de l'enfant qui sort en avril 2018), sur la limitation du temps d'écran avec des temps sans écrans, l'établissement des règles, le partage en famille....

Pour conclure, il est essentiel de promouvoir un usage raisonné et raisonnable des écrans mais il est erroné et contre-productif de charger les écrans de tous les maux. Ce n'est pas en agitant le spectre de l'autisme qu'on les limitera, mais en faisant un travail d'information et d'éducation permettant de favoriser l'émergence d'une société connectée et responsable.