

L'edito de Monika Gerhardy : Déconnexion



Quel impact les écrans ont sur nos vies, voire sur notre cerveau ? C'est une question qui se pose légitimement, à la vue de récents éléments d'étude sur les conséquences d'une exposition fréquente, surtout pour les plus jeunes.

La première étude scientifique montre que les enfants exposés aux écrans (télévision, console de jeux, tablette, smartphone, ordinateur) le matin avant l'école ont trois fois plus de risque de développer des troubles du langage. Si en plus, ils discutent « rarement, voire jamais », du contenu des écrans avec leurs parents, le risque est multiplié par six. Les chercheurs ont montré que les jeunes enfants exposés aux écrans ont moins d'interaction émotionnelle avec leur entourage, pourtant nécessaire à leur développement psychomoteur.

Une autre étude récente a montré que les enfants passant le plus de temps devant leur écran ont moins de vocabulaire, plus de difficultés à lire, etc. Mais les gros consommateurs de numérique voient aussi leur cerveau modifié physiquement : ce dernier contient moins de « substance blanche », composée des millions de câbles de communication qui relient les neurones d'une région du cerveau à une autre.

Nous le constatons régulièrement dans l'actualité : les études se multiplient démontrant que les écrans sont loin d'être neutres pour notre cerveau et celui de nos enfants, pourtant nous sommes de plus en plus connectés – d'après l'étude annuelle de Médiamétrie sur internet, 92% de foyers ont internet et il y a 53,1 millions d'internautes mensuels !

C'est pourquoi sans relâche nous devons prôner l'alternative papier, surtout chez les jeunes. C'est d'ailleurs le sens de notre engagement, avec Lire et faire lire, pour la lecture de presse jeunesse aux enfants dans le cadre de la Semaine de la presse à l'école. Mais c'est aussi une préoccupation constante chez Culture Presse. Appeler à la vigilance et à la déconnexion ne fait jamais de mal, bien au contraire !

UNION PRESSE - 16 place de la République - 75010 Paris - Tél. : 01 42 40 27 15 - [Contact](#) -
[Mentions légales](#)

Source URL: <https://unionpresse.fr/l-edito-de-monika-gerhardy-deconnexion>