

Effet néfaste de l'écoute télévisuelle en bas âge sur le développement cognitif et social des enfants

Sources

Pagani LS et coll. (2010) **Prospective associations between early childhood television exposure and academic, psychosocial, and physical well-being by middle childhood.** Arch Pediatr Adolesc Med 164:425-31.

L'exposition précoce à la télévision a des effets négatifs et durables sur les jeunes enfants. Communiqué, Université de Montréal, 3 mai 2010.

Le temps consacré à la télévision a été maintes fois associé à la prévalence de l'embonpoint et de l'obésité chez les jeunes. Il semble toutefois que l'influence néfaste de la télévision s'étende non seulement à leurs habitudes alimentaires et leur tour de taille, mais également à leur développement cognitif et social, et ce, dès l'âge de deux ans.

Dans l'Étude longitudinale du développement des enfants du Québec, les parents de 1314 enfants ont rapporté le nombre d'heures quotidiennes que leur enfant passait devant la télévision à l'âge de 29 et de 53 mois. En quatrième année, leur titulaire a évalué leurs habitudes scolaires et psychosociales ainsi que celles en matière de santé. Leur IMC a également été mesuré à ce moment.

Les résultats obtenus indiquent que, pour chaque heure consacrée à la télévision à l'âge de 29 mois, il y a...

- ...une diminution :
 - de 7 % de l'intérêt en classe,
 - de 6 % de la réussite en mathématiques (sans effets négatifs sur l'apprentissage de la lecture),
 - de 13 % de l'activité physique pendant les fins de semaine;
 - de 9 % de la condition physique générale;
- ...une augmentation :
 - de 10 % du risque de victimisation (rejet des pairs, taquineries, agressions et insultes);
 - de 9 % de la consommation de boissons gazeuses sucrées;
 - de 10 % du grignotage;
 - de 5 % de l'IMC.

Les résultats indiquent donc que les habitudes télévisuelles des enfants en bas âge peuvent influencer sur leur développement cognitif et social et ainsi nuire à leur intégration sociale et à leur réussite scolaire.

Il faut savoir qu'entre l'âge de 2 et 4 ans, les régions du cerveau responsables des habiletés cognitives sont en plein développement. Or, les activités passives intellectuellement nuiraient à leur développement car, peu sollicitées elles deviendraient « paresseuses ». Et, plus tard, les enfants auraient tendance à adopter une attitude passive dans des situations d'apprentissage.

La télévision, même lorsqu'elle est regardée à plusieurs, demeure une activité où les interactions sont peu nombreuses. Un nombre élevé d'heures d'écoute pourrait ainsi :

- réduire la fréquence des activités comportant des interactions sociales essentielles aux enfants;
- expliquer le risque accru de victimisation associé à l'écoute télévisuelle en bas âge.

Afin d'éviter que les enfants aient des habitudes passives, il serait judicieux de suivre les recommandations de l'*American Academy of Pediatrics*, notamment d'empêcher les enfants de regarder la télévision avant l'âge de deux ans, et de limiter par la suite l'écoute à deux heures par jour. Mieux vaut profiter du temps ainsi récupéré pour leur proposer des jeux susceptibles de développer leurs habiletés motrices, cognitives et sociales.

Lectures suggérées

Barker ED et coll. (2008) **Predictive validity and early predictors of peer-victimization trajectories in preschool.** Arch Gen Psychiatry 65:1185-92.

Hancox RJ et coll. (2005) **Association of television viewing during childhood with poor educational achievement.** Arch Pediatr Adolesc Med 159:614-8.

Landhuis CE et coll. (2007) **Does childhood television viewing lead to attention problems in adolescence? Results from a prospective longitudinal study.** Pediatrics 120:532-7.

Mélanie Lemieux et Guy Thibault