

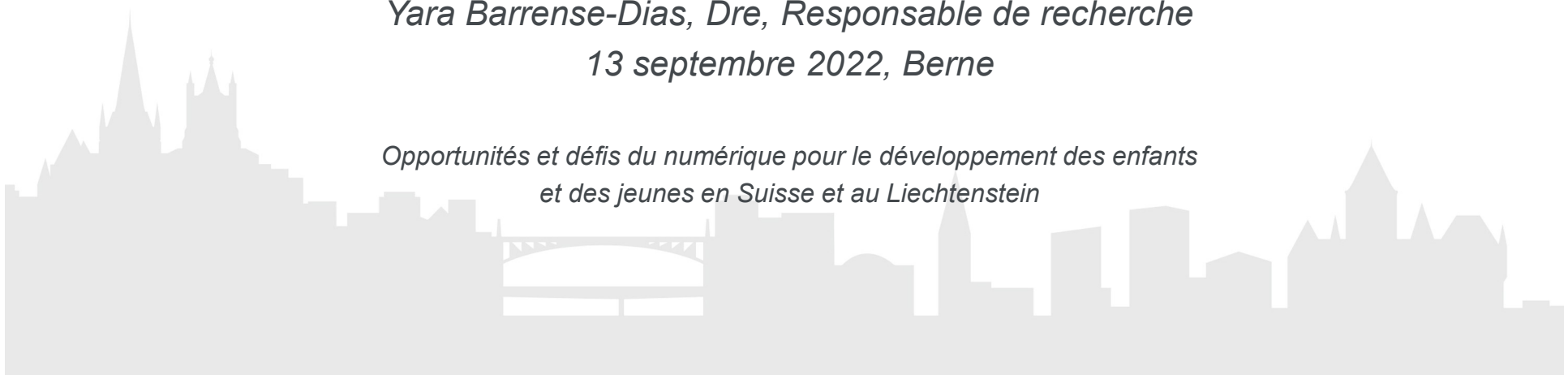
unisanté

Utilisation des médias par les jeunes et santé publique

Yara Barrense-Dias, Dre, Responsable de recherche

13 septembre 2022, Berne

*Opportunités et défis du numérique pour le développement des enfants
et des jeunes en Suisse et au Liechtenstein*



Plan

- Le dilemme – temps d'écran
- Données actuelles
- Les écrans et la sexualité

Le dilemme – temps d'écran

unisanté



Conflicting Guidelines on Young Children's Screen Time and Use of Digital Technology Create Policy and Practice Dilemmas

Leon Straker, PhD¹, Juliana Zabatiero, PhD¹, Susan Danby, PhD², Karen Thorpe, PhD³, and Susan Edwards, PhD⁴

Promotion de l'usage des technologies par les jeunes enfants
Versus
Usage minimale des technologies par les jeunes enfants

Recommandations

- **2001, Académie Américaine de Pédiatrie**

*Pas plus de 2 heures d'écran (télévision) par jour
pour un enfant de 2 ans ou plus*

- **2013, Académie Américaine de Pédiatrie**

*Pas plus de 2 heures d'écran (tout écran) par jour
pour un enfant de 2 ans ou plus*

2 heures par jour?

« [...] Savoir utiliser les médias est **tout aussi important qu'apprendre à lire, à écrire et à calculer**. L'éducation aux médias ou l'utilisation des MITIC (Médias, Images, Technologies de l'Information et de la Communication) fait donc désormais partie des tâches que l'école doit impérativement remplir. [...] Répondre à ces questions permet d'**intégrer les médias numériques dans l'enseignement** et d'en discuter.»

<https://www.jeunesetmedias.ch/competences-mediaticques/education-aux-medias-un-defi-pour-lecole>

Mise à jour nécessaire?

.....
The European Journal of Public Health, Vol. 28, No. 4, 647–651

© The Author(s) 2018. Published by Oxford University Press on behalf of the European Public Health Association. All rights reserved.
doi:10.1093/eurpub/cky054 Advance Access published on 17 April 2018

.....

Daily internet time: towards an evidence-based recommendation?

André Berchtold¹, Christina Akre², Yara Barrense-Dias², Grégoire Zimmermann³,
Joan-Carles Surís^{2,4}

*“Effets significatifs sur la santé semblent apparaître
à partir de **4 heures** par jour [...].”*

(Quelques) données actuelles

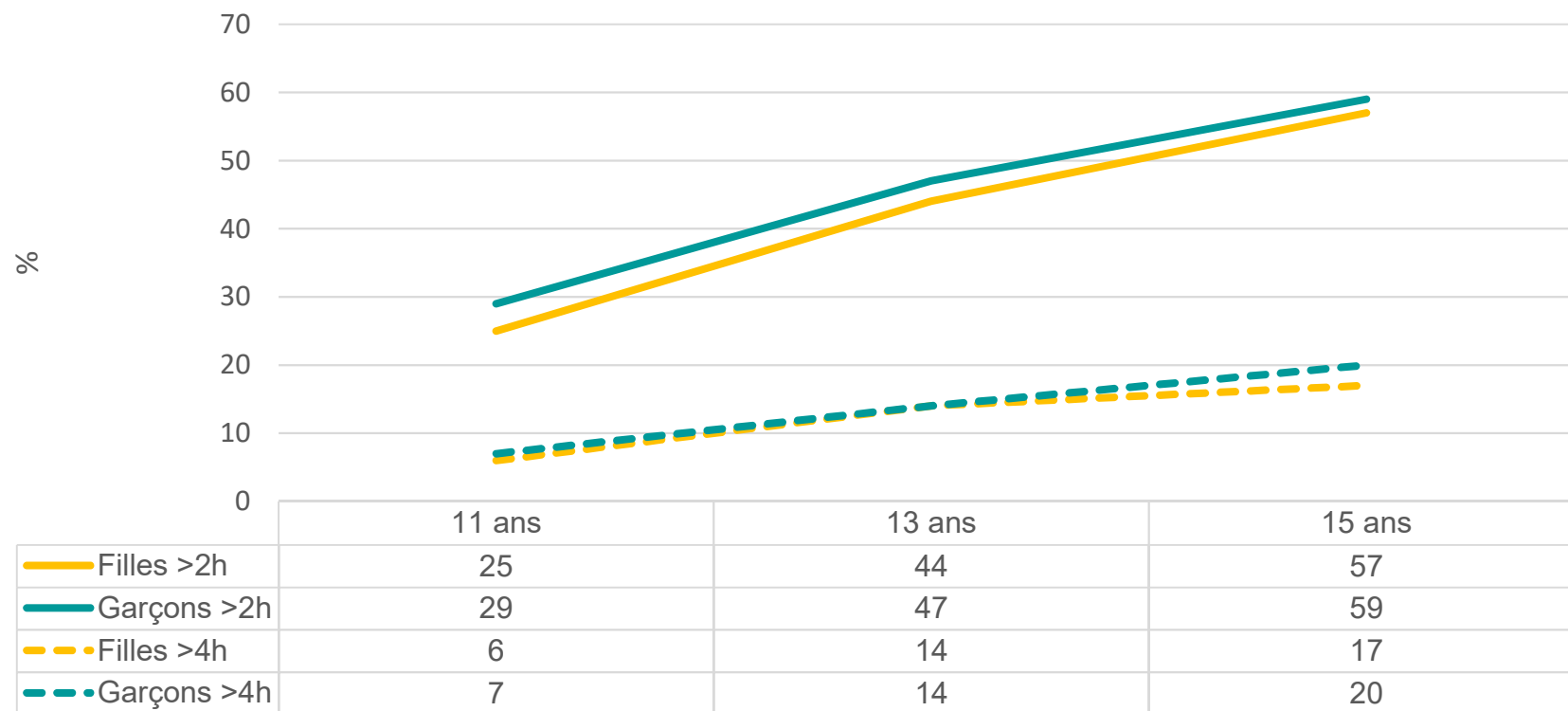
unisanté

Etude JAMES (12-19 ans), 2020

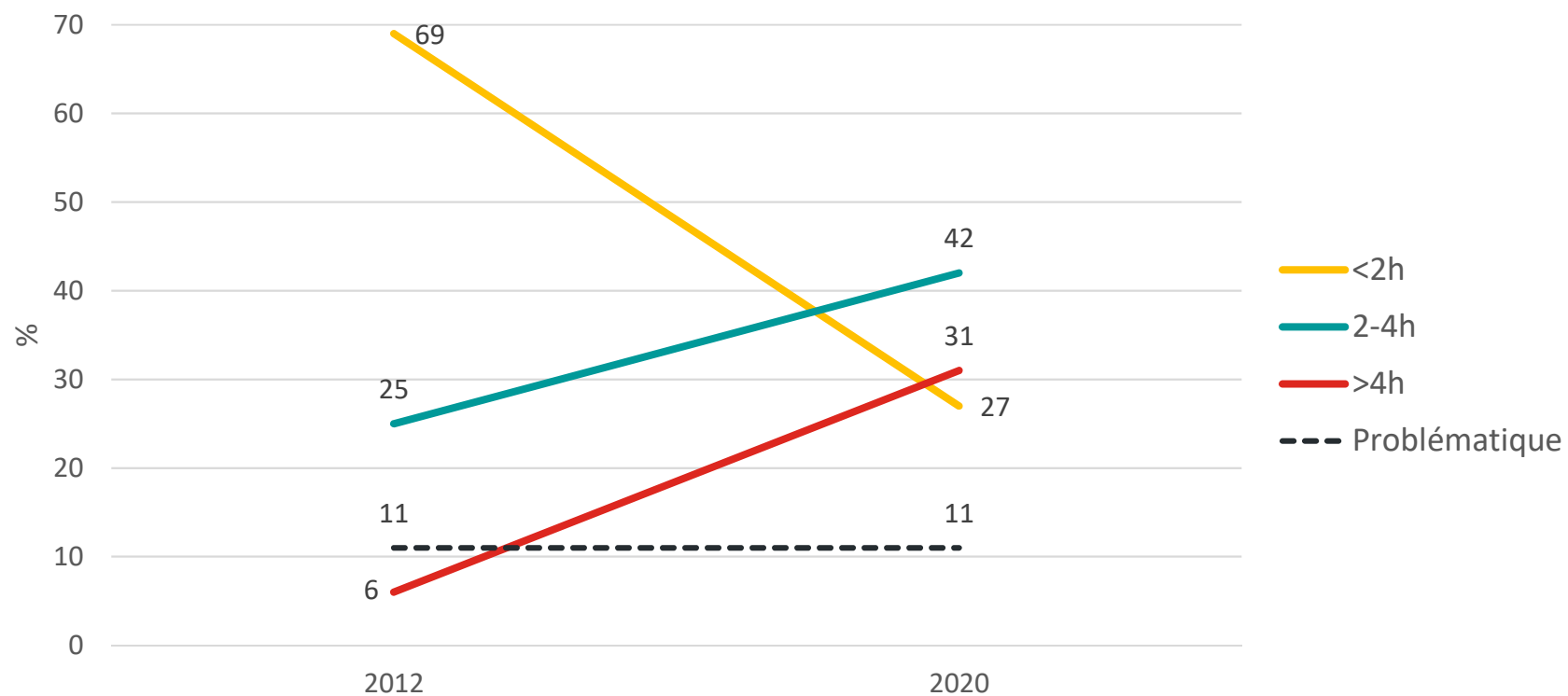
- **99%** possèdent leur propre smartphone (96% 12-13 ans)
- **98%** utilisent les services d'Internet tous les jours / plusieurs fois par jour
- **98%** des jeunes sont inscrits sur au moins un réseau social
 - 93% Instagram (82% 12-13 ans)
 - 91% Snapchat (86% 12-13 ans)
 - 74% TikTok (81% 12-13 ans)



TV – vidéos – écrans, jours d'école (HBSC 2018)



Evolution temps d'écran 2012 – 2020 (13-14 ans, Vaud)



Evaluation de l'usage par les jeunes

Mon usage des écrans est...	%
Excessif – au-dessus de la moyenne	34.0
Dans la moyenne	49.0
En-dessous de la moyenne	5.4
Je ne sais pas	11.6



Internet addiction test: 11.2%
Smartphone addiction test: 18.2%

Smartphone et sommeil

Etude Internet (Vaud), 13-14 ans, 2020	Total %
Dort à côté (table de nuit)	53.0
Il est éteint durant la nuit	50.0
Se reveille pour le regarder durant la nuit	29.5
Problèmes de sommeil (1x/semaine)	30.0

Ecrans et sexualité

unisanté

Informations - éducation

- Etude Internet (13-14 ans), 2020: informations sexualité au moins 1x/sem

3.8% des filles et 11.5% des garçons

- Etude Sexualité (24-26 ans), 2017 : chercher de l'aide problèmes sexuels

78% Internet comme premier moyen (suivi par ami.es 28%)

MAIS majorité a jugé l'information peu utile (61%)

unisanté

Informations - éducation

Numéros d'urgence Adresses utiles

CIAO.CH

Créer un compte Connexion

QUESTIONS & RÉPONSES ARTICLES FORUM TEST, QUIZ & JEUX

Tu es dans le thème "Sexualité"

Anatomie et reproduction À qui s'adresser? Contraception Filles: corps et puberté Garçon: corps et puberté

Infections et maladies J'ai peur de... Orientation sexuelle et identité de genre Pornographie Que dit la loi suisse?

Relations sexuelles Violences sexuelles RÉINITIALISER LES FILTRES

LOVE LIFE

DE EN FR IT

Safer Sex HIV & Co. Centres de conseil Campagne Médias safer sex check

Stories

Comment me protéger?

Les règles de safer sex

1. Pénétration vaginale ou anale avec préservatif.
2. Et parce que chacun(e) l'aime à sa façon: faites sans tarder votre safer sex check.

safer sex check

Regarder sur YouTube

Fiches "**sexualité et écrans**" pour les parents d'enfants de 0 à 18 ans

0-5 ans: votre enfant voit une personne nue sur l'écran d'un téléphone

6-10 ans: vous regardez un film avec votre enfant et une scène de sexe apparaît

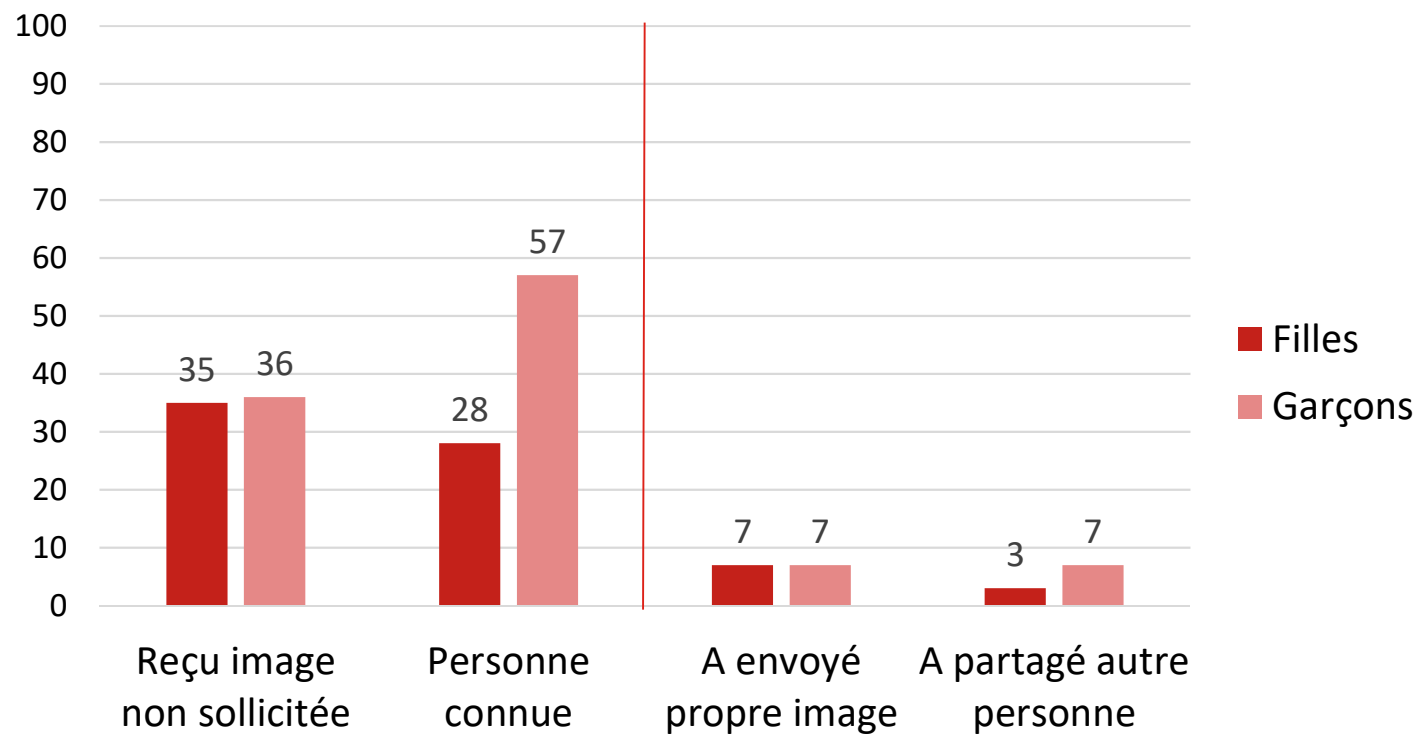
11-15 ans: vous surprenez votre enfant en train de regarder du sexe sur son téléphone

16-18 ans: votre enfant envoie une photo intime à son amoureux.se

- Approche positive (Pourquoi? C'est quoi? Comment en parler?)
- Renvoi à des ressources / Santé Sexuelle Suisse

[Télécharger gratuitement](#)

Etude Internet (13-14 ans), 2020



unisanté

Copyright 2006 by Randy Glasbergen.
www.glasbergen.com

Merci



"YOUR MOTHER AND I FOUND OUT YOU'VE BEEN BLOGGING.
WE DON'T KNOW WHAT THAT MEANS, BUT WE'D LIKE YOU TO STOP."

Yara.Barrense-Dias@unisante.ch

www.lesados.ch