

Des écrans présents dans la vie des enfants du primaire

Maria El Haddad,
chargée d'études scientifiques en santé publique,
Charlotte Verdot,
chargée de projet scientifique,
Santé publique France.

L'ESSENTIEL

► L'étude Enabee (2022) de Santé publique France éclaire l'usage des écrans par les enfants dès 3 ans, avec un temps moyen de 1 h 22 par jour chez les enfants de 3-5 ans et atteignant 2 h 33 chez ceux de 9-11 ans scolarisés en élémentaire. La télévision demeure privilégiée par les 3-11 ans, mais les smartphones et les consoles gagnent du terrain, surtout à partir de 9 ans. Les inégalités sociales sont marquées : les enfants de milieux moins diplômés y passent plus de temps et ont plus souvent un écran dans leur chambre.

L'omniprésence des technologies numériques dans la société et l'accès de plus en plus précoce des enfants aux écrans questionnent l'impact de l'utilisation excessive de ces outils sur la santé et sur le développement des enfants. L'étude nationale sur le bien-être des enfants (Enabee)¹ a permis d'évaluer la place et l'usage des écrans chez les enfants d'âge scolaire en France, en complément des données de la cohorte Elfe [1] sur les durées et les usages des écrans des enfants âgés de 2 à 5 ans et demi (voir article p. 18 [3]) et de celles de l'enquête EnCLASS² (voir encadré p. 9) chez les collégiens et lycéens. Réalisée en 2022 par Santé publique France, Enabee est une étude nationale transversale portant sur le bien-être et la santé mentale des enfants âgés de 3 à 11 ans, scolarisés en maternelle et en élémentaire en France hexagonale. Un module spécifique aux écrans a été posé dans l'auto-questionnaire des parents, permettant de renseigner l'accessibilité, les usages et les temps d'écran des enfants d'âge scolaire. Ses résultats [2] montrent que la quasi-totalité des enfants passaient du temps devant les écrans régulièrement. Le temps d'écran moyen était de 1 h 22 par jour chez les 3-5 ans, 1 h 53 par jour chez les 6-8 ans et 2 h 33 par jour chez les 9-11 ans. Il augmentait continuellement avec l'âge et était deux fois plus important les jours sans école en comparaison des jours avec école. Le temps d'écran moyen par jour des enfants était supérieur dans les ménages

avec les plus faibles niveaux de diplôme. 35 % des 3-5 ans dépassaient le seuil d'une heure quotidienne en moyenne de temps d'écran dans les ménages les plus diplômés contre 72,1 % pour les enfants du même âge des ménages avec un diplôme inférieur au Baccalauréat. Cette majoration, observée dans les ménages les moins diplômés, existait dès le plus jeune âge et se maintenait chez les enfants plus âgés.

Des usages différenciés selon le sexe

La télévision était l'écran le plus utilisé par les enfants quel que soit leur âge. Cet écran restait majoritaire jusqu'à 11 ans, malgré l'augmentation progressive de la part dévolue aux autres types d'écrans (console de jeux vidéo, ordinateur ou tablette, smartphone) avec notamment une forte augmentation du temps passé sur smartphone à partir de 9 ans. Plus d'un quart des enfants de 10 ans et près de la moitié de ceux de 11 ans scolarisés en élémentaire disposaient d'un smartphone personnel avant l'entrée au collège. L'étude révèle également l'existence d'usages différenciés selon le sexe, les garçons investissant davantage les consoles de jeux vidéo que les filles, et les filles utilisant plus les smartphones (à partir de 9 ans).

La disponibilité des écrans (tout comme le temps d'écran quotidien) était associée au niveau de diplôme du ménage. Les enfants issus des ménages les moins diplômés étaient plus nombreux à avoir un écran à disposition dans leur chambre (le plus souvent une télévision) et à posséder un smartphone personnel avant l'entrée au collège.

Les résultats de l'étude Enabee apportent un éclairage précieux sur la place dévolue aux écrans dans le quotidien des enfants de 3-11 ans. L'accès aux écrans et la diversification des usages s'initient dès le plus jeune âge et de façon contrastée selon le milieu social. L'étude des risques et de l'impact des écrans sur la santé des enfants nécessite toutefois d'aller au-delà de la seule quantification du temps d'écran, et de s'intéresser aux contenus visionnés, à la nature des usages numériques et aux contextes dans lesquels ils s'opèrent (voir article p. 13).

Chez les 3-5 ans, 90 % regardaient la télévision, 28 % utilisaient un ordinateur ou une tablette, 26 % un smartphone (sans différence selon le sexe) et 15 % une console de jeux

vidéo (9,7 % des filles vs 20,7 % des garçons). La majorité des enfants de 3-5 ans (52,3 %) n'utilisait qu'un seul type d'écran (et 35,1 % deux types d'écran parmi les quatre cités). Chez les 6-8 ans, 92 % regardaient la télévision, 43 % utilisaient une console de jeux (31 % des filles vs 55 % des garçons), 41 % un ordinateur ou une tablette et 31 % un smartphone (sans différence selon le sexe). La majorité des enfants de 6-8 ans utilisait un ou deux types d'écran (25,9 % et 46,9 % respectivement). Chez les 9-11 ans, 92 % regardaient la télévision, 59 % utilisaient une console de jeux (45 % des filles vs 73 % des garçons), 53 % un ordinateur ou une tablette (57 % des filles vs 49,0 % des garçons) et 44 % un smartphone (49 % des filles vs 40 % des garçons). La majorité des enfants de 9-11 ans utilisait deux ou trois types d'écran (43,1 % et 33,8 % respectivement). ■

1. <https://www.santepubliquefrance.fr/etudes-et-enquetes/enabee-etude-nationale-sur-le-bien-etre-des-enfants>

2. www.enclass.fr



Cet article est sous licence internationale Creative Commons Attribution 4.0, qui autorise sans restrictions l'utilisation, la diffusion, et la reproduction sur quelque support que ce soit, sous réserve de citation correcte de la publication originale.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

[1] Yang S., Said M., Peyre H., Ramus F., Taine M., Law E. C., et al. Associations of screen use with cognitive development in early childhood: the ELFE birth cohort. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2024, vol. 65, n° 5 : p. 680-693. En ligne : doi: 10.1111/jcpp.13887

[2] El Haddad M., Monnier-Besnard S., Motreff Y., Decio V., Richard J.-B., Regnault N., et al. Temps d'écran des enfants de 3-11 ans scolarisés en maternelle et élémentaire en France hexagonale en 2022 : premiers résultats de l'étude Enabee. Saint-Maurice : Santé publique France, septembre 2025 : 17 p. En ligne : https://www.santepubliquefrance.fr/sites/default/files/rdd/document/881687_spf00006175.pdf