



ASSEMBLÉE NATIONALE

15ème législature

Risques d'hyperconnexion professionnelle et personnelle addiction numérique

Question écrite n° 28460

Texte de la question

M. Marc Le Fur attire l'attention de M. le ministre des solidarités et de la santé sur la mortalité due au coronavirus covid-19, considérablement accrue pour les citoyens souffrant de problèmes cardiaques, de cancers, de diabète ou de surpoids, suite à la question écrite n° 20627 du 18 juin 2019 restée sans réponse à ce jour. Elle concernait l'hyperconnexion et les pratiques numériques addictives résumées en « 3S » (surexcitation mentale permanente, sommeil fracturé et sédentarité prolongée) ou « 5S » (avec les risques associés de stress chronique et de surpoids), telles que présentées par exemple dans les 3D8 relayés par la Fédération addiction : ils sont des facteurs majeurs d'accroissement de ces risques (cardiaques, diabète, surpoids et cancers). Pour rappel, l'auteur de la présente question s'inquiétait déjà de leur ampleur lors de la question écrite au Gouvernement n° 32169 publiée le 9 juillet 2013 (p. 7145), alors que la seule première pré-estimation de l'époque était de 45 000 personnes par an âgées de 15 à 75 ans, pouvant mourir prématurément de ces maladies en France. Avec le coronavirus covid-19, le Gouvernement a pris la décision d'inciter, voire de contraindre (par exemple avec la fermeture de nombre d'établissements publics et scolaires) les citoyens à travailler à distance, et indirectement (par exemple avec la fermeture des lieux publics et la réduction de leurs activités personnelles) à user de plus de moyens numériques. Ainsi, les risques d'hyperconnexion professionnelle et personnelle et d'addiction à des pratiques numériques vont exploser, accroissant, par la sédentarité voire le sommeil, fracturé immédiatement et à très court terme pendant la pandémie, les prises de poids, les basculements du prédiabète au diabète et l'insuffisance cardiaque. Elles vont également contribuer à accélérer le processus de risque addictif et développer des habitudes d'hyperconnexion et de conduites addictives, dont les conséquences mortelles seront en définitive supérieures à celles directement imputables au coronavirus, car elles ne se limiteront pas à une seule séquence, mais seront multi-annuelles, voire s'étaleront sur des décennies. Ainsi est-il redemandé au Gouvernement, d'une part de faire l'évaluation définie précédemment des risques liés à l'hyperconnexion, pour disposer de données et d'une stratégie de prévention face aux prochains virus (dont la morbidité est liée aux maladies évoquées), d'autre part et surtout d'aller très vite pour diffuser des bonnes pratiques par tout moyen ponctuel et surtout régulier, tel les *Digital détox day 8* (3D8) relayés par la Fédération addiction et rôdés depuis trois ans. Ainsi, il lui demande quels moyens sont mis en œuvre pour favoriser immédiatement la connaissance auprès des citoyens de l'existence et de l'usage de telles solutions existantes et éprouvées, et qui savent s'adapter en temps réel à des priorités telles que le coronavirus covid-19.

Texte de la réponse

La priorité du ministère chargé de la santé, s'agissant des nouvelles technologies et particulièrement des écrans, est de s'assurer de leur bon usage afin d'en tirer les bénéfices et d'en éviter les impacts négatifs (notamment ceux liés à une surexposition). L'un des objectifs du plan national de santé publique « Priorité Prévention » est donc de « créer des repères d'usages d'écrans destinés aux proches de jeunes enfants, et une campagne d'information sur les repères et bonnes pratiques en matière de temps passé devant des écrans » afin de promouvoir un usage adapté des écrans dans le quotidien des Français. C'est en ce sens que le

ministère a saisi le Haut conseil de la santé publique (HCSP) le 1er août 2018 afin qu'il émette un avis relatif aux effets de l'exposition des enfants et des jeunes aux écrans. Il a été demandé au HCSP de traiter dans un premier rapport de la question des écrans et des moins de 18 ans, avec une attention particulière aux enfants de moins de 6 ans ; de réaliser une revue de la littérature scientifique sur la définition de la surexposition aux écrans ; de procéder à une analyse critique des recommandations françaises et internationales et, le cas échéant, de proposer de nouvelles recommandations qui pourraient être diffusées aux familles et aux acteurs de la prévention et de l'éducation. Ainsi, le HCSP a publié en janvier 2020 un rapport consacré aux effets de l'exposition des enfants et des jeunes aux écrans. Ce rapport analyse les preuves des effets des écrans sur la santé et énonce notamment des règles d'usage des écrans selon les âges et les temps de la journée. En effet, ce n'est pas l'écran en soi qui peut être délétère, mais son usage. Ainsi, s'il est nécessaire de limiter le temps passé devant les écrans pour réduire certaines conséquences physiques et physiologiques (telles que l'obésité, la qualité de vie ou les symptômes dépressifs), l'enjeu réside surtout dans la formation, l'éducation et l'encadrement de l'usage des écrans pour en éviter les effets néfastes, voire en tirer certains bénéfices (apprentissage, « exergame », etc.). Un second rapport a également été demandé au HCSP sur la question des effets pathologiques et addictifs des écrans qui est prévu pour fin 2020. En effet, même si l'Organisation mondiale de la santé a entériné la classification du « gaming disorder » (trouble du jeu vidéo), en mai 2019 dans le cadre de la onzième révision de la classification statistique internationale des maladies et des problèmes connexes (CIM-11) qui entrera en vigueur le 1er janvier 2022, l'addiction aux écrans en tant que telle reste à définir de façon précise. Le Gouvernement entend donner une suite à l'état des lieux et aux recommandations émises par le HCSP.

Données clés

Auteur : [M. Marc Le Fur](#)

Circonscription : Côtes-d'Armor (3^e circonscription) - Les Républicains

Type de question : Question écrite

Numéro de la question : 28460

Rubrique : Santé

Ministère interrogé : [Solidarités et santé](#)

Ministère attributaire : [Solidarités et santé](#)

Date(s) clé(s)

Question publiée au JO le : [14 avril 2020](#), page 2794

Réponse publiée au JO le : [1er septembre 2020](#), page 5851