



ASSEMBLÉE NATIONALE

16ème législature

Risque d'épuisement humain induit par l'hyper-digitalisation des modes de vie

Question écrite n° 1941

Texte de la question

Mme Brigitte Klinkert attire l'attention de M. le ministre de la santé et de la prévention sur le risque d'épuisement humain induit par l'hyper-digitalisation des modes de vie. L'introduction des outils numériques et des technologies du numérique dans l'environnement professionnel s'inscrit dans la lignée des transformations entamées depuis les débuts de l'informatisation dans les années 1990 et de l'introduction des nouvelles technologies de l'information et de la communication dans les années 2000. Grâce aux évolutions technologiques et leur démocratisation, les outils numériques ont vu leur prix baisser drastiquement, rendant les pratiques numériques accessibles à tous. Aujourd'hui incontournable dans la vie de chacun, l'omniprésente digitalisation a engendré une intrusion perpétuelle qui se traduit par des problèmes de santé physique (cardiovasculaires, digestifs etc.) et mentale (*burn-out*, dépressions etc.). Tandis que le législateur s'était emparé de la question de l'utilisation des outils numériques au travail à l'occasion de la loi du 8 août 2016 relative au travail, à la modernisation du dialogue social et à la sécurisation des parcours professionnels, il apparaît que le risque d'épuisement humain induit par l'hyper-digitalisation des modes de vie oblige à un examen tout aussi attentif. Elle souhaiterait ainsi recueillir son avis sur les solutions que l'on pourrait apporter, ensemble, pour davantage prendre en compte cet enjeu de santé publique.

Texte de la réponse

Il convient de noter que le numérique peut notamment faciliter l'accès à l'offre et la coordination des parcours de soins et contribuer à améliorer la pertinence ainsi que la qualité et la sécurité des actes, et à réduire les inégalités sociales et territoriales de santé, etc. Le numérique est donc un allié de poids pour renforcer la qualité de notre système de soins et c'est dans ce sens que la Feuille de route du numérique en santé 2019 a été travaillée avec l'ensemble des acteurs de l'écosystème, institutionnels, industriels, établissements sanitaires et médico-sociaux, patients, pour construire une e-santé humaniste, éthique et interopérable. Cependant, la prise en compte des effets de l'innovation technique sur l'accélération du « rythme de vie » des personnes est aussi nécessaire. Cette accélération ressentie a des racines multidimensionnelles impliquant non seulement des innovations du numérique mais aussi des enjeux économiques et des changements sociaux et culturels. Dans ce contexte, le Gouvernement exerce une veille pour documenter les effets délétères du numérique sur la santé et prendre les mesures nécessaires. Ainsi, afin de répondre à la problématique de l'exposition croissante des enfants aux écrans, il a lancé le 7 février 2022 le plan d'actions « Pour un usage raisonné des écrans par les jeunes et les enfants », qui est issu d'une démarche partenariale large, impliquant notamment le Conseil national du numérique et la Défenseure des droits. Ce plan d'actions multisectoriel vise à promouvoir l'information, l'éducation et l'accompagnement des enfants, des parents et des professionnels, afin d'apprendre à utiliser les écrans en tant que support, dans des temps et lieux appropriés. Quatre actions phares le composent : 1) en ligne : renforcement d'un portail unique d'information pour accompagner les parents face à l'utilisation du numérique par leurs enfants : jeprotegemonenfant.gouv.fr ; 2) localement : déploiement de campus de la parentalité offrant un accompagnement à la parentalité numérique partout sur le territoire à travers un réseau d'associations ; 3) développement des compétences numériques des élèves dès le CM1 via la

plateforme Pix ; 4) amélioration de la connaissance des usages du numérique des Français grâce à un baromètre annuel réalisé par la Mildeca. Le plan d'actions propose en outre des boîtes à outils proposant différentes ressources à usage des parents, des équipes éducatives et des professionnels de l'enfance et de la jeunesse pour les aider à mieux accompagner les enfants et les jeunes dans leurs usages des écrans. Enfin, pour tenir compte des signaux préoccupants concernant de nouveaux usages problématiques (jeux, paris sportifs...), notamment chez les jeunes, et dans un souci d'une meilleure adéquation des moyens et des priorités de l'Etat en matière de prévention des addictions, le fonds de lutte contre les addictions peut désormais financer des actions visant à la prévention des addictions sans substances, dont les écrans. Ces différentes actions ont vocation à être complétées en fonction de l'évolution de l'état des connaissances concernant à la fois l'usage des écrans et les contenus numériques.

Données clés

Auteur : [Mme Brigitte Klinkert](#)

Circonscription : Haut-Rhin (1^{re} circonscription) - Renaissance

Type de question : Question écrite

Numéro de la question : 1941

Rubrique : Santé

Ministère interrogé : Santé et prévention

Ministère attributaire : Santé et prévention

Date(s) clé(s)

Date de signalement : Question signalée au Gouvernement le 5 décembre 2022

Question publiée au JO le : [4 octobre 2022](#), page 4379

Réponse publiée au JO le : [20 décembre 2022](#), page 6505