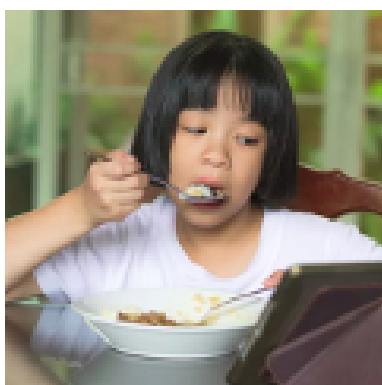


<https://www.blanche-de-peuterey.com/Exposition-aux-ecrans-et-obesite>

Exposition aux écrans et obésité

- Enfance et internet -



Date de mise en ligne : mercredi 15 mai 2019

Copyright © Blanche de Peuterey.com, création web à Grenoble - Tous droits
réservés

A partir d'un article de The Conversation sur le sujet, nous accédons à d'autres articles qui rappellent de plus en plus les problèmes de santé publique liés à l'utilisation des écrans.

Écrans et surpoids

Excellent article de The Conversation : 4 raisons pour lesquelles les écrans nous font grossir. Problématique valable pour les enfants et pour les adultes.

- ▶ les écrans incitent à grignoter et à trop manger
- ▶ les écrans provoquent de la sédentarité
- ▶ Les effets délétères de la publicité pour la malbouffe (avec le recours aux neurosciences pour vendre d'avantage)
- ▶ Écrans le soir et manque de sommeil

Article écrits par Didier Courbet et Marie-Pierre Fourquet-Courbet, tous les deux professeurs des Universités et chercheurs.

A lire ici : [4 raisons pour lesquelles les écrans nous font grossir](#)

Écrans et surpoids (suite)

Autre article des mêmes auteurs, avec une approche sur la publicité et l'inéficacité des messages de santé publique.

A lire ici : [Enfants, plus d'écrans, plus de pub... et de surpoids](#)

L'exposition aux écrans

Le gouvernement a publié plusieurs articles sur les risques d'une trop grande exposition aux écrans, texte souligné par le 1er article mentionné :

A lire ici : [L'exposition aux écrans](#)

3-6-9-12

Et au passage, le premier article (vraiment très complet) rappelle les notions fondamentales d'éducation aux écrans, et renvoie, de même que l'article du gouvernement, sur l'excellent site de Serge Tisseron [Apprivoiser les écrans et grandir](#)

Commentaire

La communauté scientifique semble avoir pris conscience des conséquences de l'usage des écrans sur la santé des enfants et des adultes. Ce n'est pas le seul article que j'ai publié à ce sujet : vous pouvez consulter ici "[De l'impact des écrans sur les petits enfants](#)".

Qu'en est-il de la prise de conscience des pouvoirs publics ? Quelles actions pourraient être mise en place dans ce domaine ?