

Questionnaire mémoire «écrans & SF »

Rôle des Sages-Femmes dans la prévention de l'exposition des jeunes enfants aux écrans

Bonjour,

Je m'appelle Pauline Rochefort, étudiante sage-femme à l'école de Tours. Je réalise mon mémoire de fin d'étude sur les connaissances et l'implication des sages femmes concernant l'exposition des jeunes enfants aux écrans.

Ce questionnaire dure environ 5 à 10 minutes et s'adresse aux sages-femmes exerçant en France métropolitaine ainsi qu'aux étudiants sage-femme en 2e cycle (master 1 & 2)

En vous remerciant par avance de vos réponses.

1. Vous êtes :

- Une femme
- Un homme
- Autre

2. Aujourd'hui, quel est votre statut professionnel ? *Plusieurs réponses possibles*

- Sage-femme hospitalière (tous services confondus) dans le public
- Sage-femme hospitalière (tous services confondus) dans le privé
- Sage-femme libérale
- Sage-femme exerçant en PMI
- Étudiant(e) sage-femme en master 1 ou 2
- Autre

3. Depuis combien de temps pratiquez vous le métier de sage-femme en tant que diplômée d'état ?

- Je suis étudiant(e)
- Depuis moins de 5 ans
- Entre 5 et 10 ans
- Entre 10 et 20 ans
- Plus de 20 ans

4. Dans quelle département exercez-vous ou étudiez-vous ?

- Liste des départements français

Expérience personnelle :

Cette partie concerne votre expérience personnelle quant à l'utilisation des écrans, par les parents que vous avez pris en charge ou leurs enfants, dans votre pratique professionnelle et les moyens de communications mis en place à ce sujet.

Par écran, on sous-entend toute technologie comme les téléphones portables, tablettes, ordinateurs, télévisions, console de jeux, etc.

5. Lors de votre pratique, avez-vous déjà été confronté(e) à une situation où vous trouviez l'usage des écrans de votre patiente inadapté ou déplacé ?

(écran de TV allumé de manière systématique à la maternité, parents sur leurs téléphones tout en s'occupant de leur enfant, etc.)

- Oui
- Non
- Je ne sais pas / ne souhaite pas me prononcer

- 5.1. **Si oui à la question 5 :** Concernant les comportements ci-dessous, à quelle fréquence y êtes-vous confronté(e) ?

- Écran de TV allumé de manière systématique (à la maternité, lors de visite à domicile)
- Notifications sonores en permanence lors de consultations, entretiens avec la patiente
- Des parents souhaitant filmer le déroulement de l'accouchement
- Mères active sur leur téléphone lors de l'allaitement
- Des parents qui donnent leur téléphone aux enfants pour les calmer
- Des parents qui restent sur leur téléphone lors des soins à leur enfant (change de couche, soins de puériculture à la maternité, etc.)

Pour chaque proposition : Échelle → je ne crois pas y avoir été confronté(e) / très rarement (moins de 1fois par mois) / parfois 51 à 2 fois par mois) / assez souvent (1 fois par semaine) / très fréquemment (plusieurs fois par semaine)

- 5.2. **Si oui à la question 5 :** Par rapport à ces comportements liés aux écrans, diriez-vous qu'ils vous dérangent ?

- Écran de TV allumé de manière systématique (à la maternité, lors de visite à domicile)
- Notifications sonores en permanence lors de consultations, entretiens avec la patiente
- Des parents souhaitant filmer le déroulement de l'accouchement
- Mères active sur leur téléphone lors de l'allaitement
- Des parents qui donnent leur téléphone aux enfants pour les calmer
- Des parents qui restent sur leur téléphone lors des soins à leur enfant (change de couche, soins de puériculture à la maternité, etc.)

Questionnaire mémoire «écrans & SF »

Pour chaque proposition : Échelle → pas du tout / un peu / moyennement / oui plutôt / oui tout à fait

5.3. **Si oui (à la question 5),** dans quelle service y avez-vous déjà été confronté(e) ? *Plusieurs réponses possibles*

- En libéral, PMI
- Lors de visite à domicile
- En libéral, PMI
- À l'hôpital en salle de naissances
- À l'hôpital en suites de couches
- À l'hôpital en consultation
- À l'hôpital en unité de grossesses pathologiques

6. Dans votre pratique, vous arrive-t-il d'aborder le sujet de l'utilisation des écrans avec les patientes ?

- Oui, systématiquement
- Oui, assez souvent
- De temps à autres
- Oui, si le sujet est abordé par la patiente
- Non
- Je ne souhaite pas me prononcer

6.1. **(Pour toute réponse sauf oui, systématiquement)** Vous n'abordez pas le sujet car :

- Vous manquez temps lors des consultations, visites
- Cela ne vous semble pas être votre rôle
- Vous ne maîtrisez pas suffisamment le sujet pour en parler avec les patientes.

Échelle de Likert pour chaque proposition

- Autre : précisez (optionnel)

Il est difficile de parler d'un sujet sans posséder une base de connaissance sur laquelle appuyer son propos à destination des parents.

7. Dans le cadre de votre formation continue / formation initiale (pour les étudiants), avez-vous déjà eu une intervention à ce sujet ?

- Oui
- Non
- Je ne sais pas / ne souhaite pas me prononcer

8. Trouvez-vous qu'il serait utile d'avoir une intervention à ce sujet ?

- Oui, très utile
- Oui, assez utile

Questionnaire mémoire «écrans & SF »

- Non, pas utile
- Je ne sais pas / ne souhaite pas me prononcer

9. Par rapport à l'impact des écrans sur le développement général des enfants ainsi que sur l'établissement du lien entre les parents et l'enfant, considérez-vous que les parents sont :

- Bien informés
- Assez peu informés
- Pas du tout informés
- Je ne souhaite pas me prononcer

10. Sur votre lieu de travail, des moyens ont-ils été mis en place pour informer les patientes sur le bon usage des écrans, les différentes recommandations ? *Plusieurs réponses possibles*

- Oui, des affiches sont installées
- Oui, des ateliers sont organisés
- Oui, d'autres moyens ont été mis en place : précisez ?
- Non
- Je ne sais pas / ne souhaite pas me prononcer

Connaissances :

La consommation grandissante des écrans a généré de nombreuses interrogations sur les bons et mauvais usages de ces derniers, notamment chez les jeunes enfants

Cela a conduit à la rédaction de recommandations de la part de différents organismes influents ou professionnels (pédiatres, psychologues...).

Il existe notamment la **règle des 3-6-9-12** permettant de fixer des balises de temps d'écran selon l'âge mais aussi selon l'accompagnement de l'enfant. Les limites d'âges énoncées ne reposent pas sur des bases scientifiques ou études épidémiologiques, en revanche, elles permettent la mise en place de repères simples pour les parents.

11. Connaissez-vous les balises 3-6-9-12 ?

- Je les connais bien
- Je les connais un peu
- Je ne les connais pas
- Je ne sais pas / ne souhaite pas répondre

Il existe aussi la **règle des « 4 pas »** qui délimite 4 moments de la journée lors desquels il est recommandé de ne pas utiliser d'écrans, à tout âge :

- ✓ Le matin au lever, durant les repas, avant de se coucher et pas d'écran dans la chambre à coucher.

Questionnaire mémoire «écrans & SF »

12. Connaissez-vous la règle des 4 PAS ?

- Je la connais bien
- Je la connais un peu
- Je ne la connais pas
- Je ne sais pas / ne souhaite pas répondre

La **Société Française de Pédiatrie** s'est appuyée sur la littérature existante pour publier en 2018 des recommandations, à destination des pédiatres et des familles, et mis en avant 5 recommandations.

Celles-ci sont basées non pas sur l'âge mais plutôt sur une connaissance des écrans et une bonne organisation de ceux-ci dans la vie de tous les jours et n'imposent pas de limite d'âge :

- Comprendre le développement des écrans sans les diaboliser
- Des écrans dans les espaces de vie collective, mais pas dans les chambres des enfants
- Des temps sans aucun écran
- Oser et accompagner la parentalité pour les écrans
- Veiller à prévenir l'isolement social

13. Par rapport aux recommandations de la Société Française de Pédiatre :

- Je connais ces recommandations
- J'en ai entendu parler, sans plus
- Je ne connais pas
- Je ne sais pas / ne souhaite pas me prononcer

14. De nombreuses informations au sujet des écrans sont également données dans le carnet de santé ou sur certains sites internet comme « 1 000 premiers jours »

- Il m'arrive de conseiller certains sites aux parents
- Je n'utilise pas ces outils au sujet des écrans

Au-delà des recommandations à visée pédiatrique, le **Collège National des sages-femmes de France** a également dédié un chapitre des RPC de 2021 aux écrans en période périnatale et édicté une liste de 10 recommandations à destination des sages-femmes :

15. Saviez-vous que le Collège national des sages-femmes de France proposait des recommandations à ce sujet ?

- Oui
- Non

Questionnaire mémoire «écrans & SF »

Ces recommandations abordent le sujet de manière large englobant à la fois la période prénatale et postnatale, notamment en conseillant de sensibiliser les parents sur leur propre usage des écrans et les moments où il est opportun de s'en détacher, à la maternité comme à domicile.

- 1. Pendant la grossesse, il est recommandé d'inciter les parents à réfléchir et à questionner leurs propres usages des écrans [...] (Accord d'experts).*
- 2. Inciter les équipes de maternité à réfléchir à l'utilisation et l'installation des écrans dans les espaces publics de l'établissement et dans les chambres (Accord d'experts).*
- 3. Il est recommandé de sensibiliser les parents aux rythmes veille-sommeil et aux besoins du bébé (Accord d'experts), et de les inciter à ne pas laisser les écrans allumés en arrière-plan lors de leur séjour à la maternité et une fois rentrés au domicile (Grade B).*
- 4. Il est recommandé aux parents de mettre leur smartphone/tablette de côté et en silencieux pendant les soins, les activités et jeux avec leur enfant (Accord d'experts). Les moments d'interaction parent-enfant doivent être interrompus le moins possible par des sollicitations non essentielles (Grade B).*
- 5. Il est recommandé aux parents d'éviter de laisser la télévision allumée dans les pièces à vivre si on ne la regarde pas, et de dédier des lieux (chambres) et des moments familiaux (repas, avant la nuit, en voiture) sans écran afin de favoriser les interactions parent-enfant (Grade B).*
- 6. De 0 à 24 mois, l'exposition de l'enfant aux écrans n'est pas utile pour le développement de l'enfant et doit donc être minimale (Grade B). Les appels vidéo avec la famille ou des proches éloignés font figure d'exception dès lors qu'ils sont d'une durée réduite (Grade B).*
- 7. À partir de 24 mois, il est globalement déconseillé d'exposer les enfants aux écrans ; il est toutefois possible d'accompagner son enfant dans des activités interactives adaptées à son âge, en privilégiant les plans longs et un rythme lent (Grade B).*
- 8. Il est recommandé de ne jamais laisser un jeune enfant seul devant un écran sans surveillance ni contrôle parental des contenus (Grade B).*
- 9. Il est recommandé de ne pas calmer ou endormir un jeune enfant en lui proposant de regarder ou de jouer avec un écran (Accord d'experts).*
- 10. Il est recommandé aux parents d'établir des règles familiales d'usage des technologies, y compris de leur propre usage en présence des jeunes enfants, en faisant des différences selon l'âge de la fratrie. Ces règles seront adaptées et rediscutées régulièrement, de préférence avec les enfants, dès que leur niveau de compréhension le permet (Accord d'experts).*

Par rapport à ces recommandation.

Questionnaire mémoire «écrans & SF »

16. Cela vous semble :

- Être du bon sens, ce sont déjà des choses qui se font
- Difficile à mettre en place avec les parents

Pour chaque proposition → échelle de Likert

- Autre avis : précisez (optionnel)

Opinion des SF sur le moment opportun et par qui :

17. En vous basant sur vos expériences personnelles et vos connaissances des recommandations en vigueur au sujet des écrans, **pensez-vous que les sages-femmes ont un rôle important à jouer** dans l'information des futurs parents quant à l'usage des écrans, aux côtés d'autres professionnels ?

- Oui
- Non
- Je ne sais pas / ne souhaite pas me prononcer

18. Si non, quels professionnels vous semblent plus indiqués ? Plusieurs réponses possibles

- Pédiatres
- Obstétriciens/gynécologues (en prévision ou durant le suivi de la grossesse)
- Médecins généralistes
- Orthophonistes
- Psychologues/psychiatres
- Assistantes maternelles/maitresses
- Infirmières puéricultrices
- TISF
- Autre (industriels, opérateurs mobiles, vendeurs de matériel numérique, etc.)

19. Quel serait, pour vous, le **moment le plus opportun** pour informer les futurs ou actuels parents sur ce sujet ?

- Lors de l'annonce d'un désir de grossesse, en pré conceptionnel
- En prénatal, lors des consultations de suivi de grossesse mensuelles
- Lors de l'entretien prénatal du 4^e mois
- Bilan de prévention prénatal
- En prénatal, lors des cours de préparation à la naissance
- En post natal, lors du séjour en suites de couches
- En post natal, lors de visites à domicile, entretien post natal
- Plus tard, durant le suivi du bébé en médecine de ville
- Autre

Questionnaire mémoire «écrans & SF »

Pour finir :

Dans notre pratique professionnelle ainsi que notre vie privée, nous utilisons plus ou moins les écrans.

20. Diriez-vous qu'en dehors de l'utilisation nécessaire à votre pratique (logiciel hospitalier, surveillance de monitorings, etc.) vous utilisez les écrans :

- Smartphone
- Autres écrans

Pour chaque proposition → échelle de temps = moins de 30min par jour / jusqu'à 1h par jour / environ 2h par jour / plus de 3h par jour / je ne sais pas

21. Comparée à votre entourage, cette utilisation vous semble :

- Beaucoup plus que la moyenne
- Plus que la moyenne
- Ni plus ni moins que la moyenne
- Moins que la moyenne
- Beaucoup moins que la moyenne

22. Pensez-vous que votre propre rapport aux écrans puisse influencer sur votre pratique lorsqu'il s'agit de communiquer aux patient(e)s à ce sujet ?

- Échelle de likert

Merci de votre temps et de votre attention.

Voici le lien permettant d'accéder aux RCP de 2021 du Collège National des Sages Femmes de France. La partie sur les écrans correspond au chapitre n°8 :

["Les interventions pendant la période périnatale"](#)

Si jamais vous aviez des questions, vous pouvez me contacter par mail : pauline.rochefort@etu.univ-tours.fr

23. Commentaires libres