

Perceptions des parents au regard de l'usage des écrans de leur enfant âgé de 0 à 5 ans

ÉTAT DES CONNAISSANCES

OCTOBRE 2025

SYNTHÈSE DE CONNAISSANCES

AUTRICE

Marie-Ève Bergeron-Gaudin, conseillère scientifique
Direction du développement des individus et
des communautés

SOUS LA COORDINATION DE

Julie Laforest, chef d'unité scientifique
Direction du développement des individus et
des communautés

COLLABORATION

Émilie Audy, conseillère scientifique spécialisée
Caroline Braën-Boucher, conseillère scientifique
Yan Ferguson, conseiller scientifique
Olivier Lacombe, bibliothécaire
Andréane Melançon, conseillère scientifique spécialisée
Réal Morin, médecin-conseil
Louise Pouliot, conseillère scientifique spécialisée
Sarah-Émilie Racine-Hamel, médecin-conseil
Direction du développement des individus et
des communautés

Caroline Tessier, conseillère scientifique
Secrétariat général

COMITÉ SCIENTIFIQUE

Ariane Bélanger-Gravel, professeure titulaire au
département d'information et de communication
Université Laval

Jean-François Biron, agent de planification, programmation
et recherche
Centre intégré universitaire de santé et de services
sociaux du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

Maude Bonenfant, professeure titulaire au département de
communication sociale et publique
Université du Québec à Montréal

Andréanne Gagné, professeure titulaire au département
d'études sur l'enseignement et l'apprentissage
Université Laval

RÉVISION

Marie-Andrée Binet, candidate au doctorat en sciences de
la santé
Université de Sherbrooke

Karine Gagné, professeure adjointe à l'École de
psychoéducation
Université de Montréal

Catherine Ratelle, professeure titulaire au département des
fondements et pratiques en éducation
Université Laval

Les réviseuses ont été conviées à apporter des
commentaires sur la version préfinale de ce document et
en conséquence, n'en ont pas révisé ni endossé le contenu
final.

L'autrice ainsi que les membres du comité scientifique et
les réviseuses ont dûment rempli leurs déclarations
d'intérêts et aucune situation à risque de conflits d'intérêts
réels, apparents ou potentiels n'a été relevée.

MISE EN PAGE

Sarah Mei Lapierre, agente administrative
Direction du développement des individus et
des communautés

*Ce document est disponible intégralement en format électronique (PDF) sur le site Web de l'Institut national de santé publique
du Québec au : <http://www.inspq.qc.ca>.*

*Les reproductions à des fins d'étude privée ou de recherche sont autorisées en vertu de l'article 29 de la Loi sur le droit d'auteur.
Toute autre utilisation doit faire l'objet d'une autorisation du gouvernement du Québec qui détient les droits exclusifs de
propriété intellectuelle sur ce document. Cette autorisation peut être obtenue en écrivant un courriel à :
droits.dauteur.inspq@inspq.qc.ca.*

Les données contenues dans le document peuvent être citées, à condition d'en mentionner la source.

Dépôt légal – 4^e trimestre 2025
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
ISBN : 978-2-555-02356-7 (PDF)
DOI : <https://doi.org/10.64490/KZND6050>

© Gouvernement du Québec (2025)

AVANT-PROPOS

L'Institut national de santé publique du Québec est le centre d'expertise et de référence en matière de santé publique au Québec. Sa mission est de soutenir le ministre de la Santé et des Services sociaux dans sa mission de santé publique. L'Institut a également comme mission, dans la mesure déterminée par le mandat que lui confie le ministre, de soutenir Santé Québec, la Régie régionale de la santé et des services sociaux du Nunavik, le Conseil cri de la santé et des services sociaux de la Baie James et les établissements, dans l'exercice de leur mission de santé publique.

La collection *État des connaissances* rassemble sous une même bannière une variété de productions scientifiques qui synthétisent et communiquent ce que la science nous dit sur une question donnée à l'aide de méthodes rigoureuses de recension et d'analyse des écrits scientifiques et autres informations pertinentes.

La présente synthèse des connaissances vise à documenter les perceptions des parents au regard de l'usage des écrans de leur enfant âgé de 0 à 5 ans. Plusieurs données scientifiques montrent que ces perceptions sont associées à l'usage des écrans dans le milieu familial pendant la petite enfance. Ainsi, mieux comprendre les perceptions des parents peut contribuer, à terme, à favoriser un usage équilibré des écrans chez les tout-petits.

Cette synthèse a été élaborée à la demande du ministère de la Santé et des Services sociaux dans le cadre de la Stratégie québécoise sur l'utilisation des écrans et la santé des jeunes 2022-2025, qui vise notamment à fournir des environnements favorables à la santé renforçant l'adoption de saines habitudes de vie par les jeunes, et à diminuer les risques encourus par l'utilisation des écrans.

Ce document s'adresse principalement aux responsables de la mise en œuvre de la Stratégie. Il peut aussi intéresser les acteurs en santé publique ou en petite enfance qui se questionnent sur l'usage des écrans chez les jeunes enfants.

TABLE DES MATIÈRES

LISTE DES TABLEAUX	IV
GLOSSAIRE	V
FAITS SAILLANTS	1
SOMMAIRE	1
1 INTRODUCTION	3
1.1 Usage des écrans chez les jeunes enfants	3
1.2 Usage des écrans dans le milieu familial	4
1.3 Objectif de la synthèse de connaissances	5
2 MÉTHODOLOGIE	6
2.1 Questions de recherche	6
2.2 Recherche documentaire	6
2.3 Extraction et analyse des données	7
2.4 Évaluation de la qualité méthodologique	8
2.5 Comité scientifique et révision par les pairs	9
3 RÉSULTATS	10
3.1 Description des études incluses	10
3.2 Perceptions des parents	12
3.2.1 Motivations perçues en lien avec l'usage des écrans de l'enfant	12
3.2.2 Occasions perçues de l'usage des écrans de l'enfant	20
3.2.3 Capacités perçues de réguler l'usage des écrans de l'enfant	22
4 DISCUSSION	25
4.1 Principaux constats en lien avec les perceptions des parents	25
4.1.1 Contextualisation des perceptions des parents sur l'usage des écrans de leur enfant	25
4.1.2 Des perceptions parentales associées à l'usage des écrans chez enfant	28
4.1.3 Des perceptions parentales à considérer dans l'élaboration de pistes d'actions pour favoriser de saines habitudes de vie au regard des écrans de 0 à 5 ans	30
4.2 Forces et limites de cette synthèse	31
5 CONCLUSION	32

RÉFÉRENCES.....	33
ANNEXE 1 STRATÉGIE DE RECHERCHE DOCUMENTAIRE.....	38
ANNEXE 2 CRITÈRES D'INCLUSION ET D'EXCLUSION DES ARTICLES	43
ANNEXE 3 SÉLECTION DES ARTICLES SUR LA BASE DU CADRE PRISMA	45
ANNEXE 4 ÉVALUATION DE LA QUALITÉ MÉTHODOLOGIQUE – GRILLE MMAT	46

LISTE DES TABLEAUX

Tableau 1	Caractéristiques des études recensées.....	11
Tableau 2	Les perceptions des parents concernant leurs motivations en lien avec l'usage des écrans de leur enfant.....	12
Tableau 3	Les perceptions des parents à propos des conséquences sur l'enfant de son usage des écrans	16
Tableau 4	Les perceptions des parents sur leurs occasions au regard de l'usage des écrans de leur enfant.....	20
Tableau 5	Les perceptions des parents concernant leur capacité à réguler l'usage des écrans de leur enfant.....	22

GLOSSAIRE

Attitude : évaluation stable dans le temps d'un élément (objet, personne, événement, idée, comportement, etc.), qui peut être favorable ou défavorable.

Capacité physique¹ : habiletés physiques qui sont liées à la santé physique et mentale.

Capacité psychologique : connaissances et habiletés psychologiques, incluant la capacité à s'engager dans les processus cognitifs nécessaires au changement de comportement.

Écrans : tout appareil électronique permettant d'accéder à des contenus en ligne ou hors ligne, par exemple : télévision, ordinateur, téléphone intelligent, tablette électronique et console de jeux vidéo².

Occasion physique : occasion offerte par l'environnement physique.

Occasion sociale : occasion offerte par des influences interpersonnelles, des indices sociaux et des normes sociales, qui influencent les pensées.

Motivation réflexive : processus réflexif incluant des plans (des intentions conscientes) et des évaluations (croyances sur ce qui est bon et mauvais).

Motivation automatique : processus automatique impliquant les réactions émotives, les besoins et les désirs, les impulsions, l'inhibition et les réponses réflexes.

Perceptions : processus cognitifs et émotionnels par lesquels les individus envisagent, interprètent et donnent du sens à une situation³.

Vidéobavardage : échange en ligne par le biais d'une caméra et d'un microphone.

¹ Les définitions liées au modèle COM-B (en italique) s'appuient sur une traduction autorisée disponible uniquement en ligne :
https://static1.squarespace.com/static/64947fa5f430c035dbf33b1d/t/64dabcb6b6bdba5008c2e8071/1692056771889/La+roue+du+changement+des+comportements_web.pdf

² Cette définition est tirée de la Stratégie québécoise sur l'utilisation des écrans et la santé des jeunes 2022-2025, p. V.

³ Il existe plusieurs définitions. Celle-ci est adoptée pour servir le propos de cette synthèse de connaissances.

FAITS SAILLANTS

Les enfants de 0 à 5 ans qui utilisent de façon importante les écrans ont un risque accru de présenter des difficultés sur le plan du développement et de la santé. Pendant la petite enfance, les parents jouent un rôle majeur concernant l'usage des écrans de leur enfant. Leurs perceptions à l'égard de cet usage font partie des multiples facteurs qui influencent la durée d'utilisation des écrans du tout-petit. Cette synthèse de connaissances documente ces perceptions dans la littérature internationale. Les constats qui en ressortent ne peuvent être généralisés à la population du Québec, mais donnent une idée de certaines réalités parentales.

- Plusieurs parents permettent l'usage des écrans en réponse à leurs besoins et à leurs obligations familiales. Ils cherchent notamment à occuper l'enfant pendant qu'ils font autre chose (l'écran-gardien) ou à réguler son comportement (l'écran-récompense).
- Les parents ont diverses perceptions sur les conséquences de l'usage des écrans par leur enfant. De façon générale, ils observent ou anticipent à la fois des conséquences négatives (ex. : baisse d'interactions, problèmes visuels) et des conséquences positives (ex. : développement d'habiletés numériques, acquisition de connaissances).
- Certaines décisions des parents sont guidées par leurs propres habitudes d'usage et leur fatigue parentale. Les parents vivent, par ailleurs, des inquiétudes sur les conséquences négatives réelles ou potentielles de l'usage des écrans de leur enfant. Ils ressentent également de la culpabilité lorsqu'ils constatent que la régulation de l'usage des écrans de leur enfant ne s'aligne pas à ce qu'ils souhaitent.
- L'omniprésence des écrans en tant que réalité normale de la vie moderne est évoquée par les parents, ce qui rend l'usage des écrans de leur enfant inévitable à leurs yeux.
- Les parents semblent se sentir informés sur l'usage des écrans en bas âge, mais ignorent parfois l'existence de recommandations sur le sujet ou n'en connaissent pas le contenu.
- Des obstacles importants à la régulation de l'usage des écrans de l'enfant sont identifiés par les parents dans leur quotidien, notamment les obligations familiales, les réactions de l'enfant face à l'interruption ou à l'interdiction, ainsi que l'omniprésence et l'attractivité des appareils numériques.

En somme, les parents ont diverses perceptions sur l'usage des écrans de leur enfant âgé de 0 à 5 ans. Il ressort notamment de cela que leurs obligations familiales les amènent à autoriser l'usage des écrans à leur tout-petit, et que ces obligations sont perçues comme un obstacle à la régulation de cet usage. Les perceptions des parents apparaissent pertinentes à considérer dans la recherche et la mise en place d'actions susceptibles de favoriser un usage équilibré des écrans chez les jeunes enfants. Ces actions gagnent à dépasser l'éducation et la formation aux parents, et à reposer sur la responsabilité partagée de plusieurs acteurs, et non seulement sur la responsabilité des parents. Il apparaît important d'agir sur les environnements des familles pour les rendre favorables à un usage équilibré des écrans.

SOMMAIRE

Contexte

L'usage des écrans est une habitude de vie qui s'installe souvent dès la petite enfance. Une durée d'usage importante de 0 à 5 ans est associée à un risque accru de diverses difficultés sur le plan du développement et de la santé. Au Canada, la Société canadienne de pédiatrie recommande d'éviter d'exposer les enfants de 2 ans et moins aux écrans, et de limiter le temps d'écran à un maximum d'une heure par jour chez les enfants de 2 à 5 ans. Au Québec, comme ailleurs dans le monde, une proportion importante d'enfants ne rencontre pas les recommandations émises dans leur pays.

Pendant la petite enfance, les parents sont généralement ceux qui fournissent les écrans aux enfants et qui en régulent l'usage. Ils ont diverses perceptions à cet égard, qui sont souvent associées à l'usage même des écrans que fait le tout-petit.

Objectif

Cette synthèse de connaissances vise à documenter les perceptions des parents à l'égard de l'usage des écrans de leur enfant âgé de 0 à 5 ans.

Méthodologie

Une revue narrative systématisée a été réalisée. Pour être retenus, les articles devaient être publiés dans une revue révisée par les pairs, en français ou en anglais, de 2019 à 2024. Les études devaient également avoir été menées dans un pays membre de l'Organisation de coopération et de développement économique. Les données ont été analysées en fonction des capacités et des motivations que les parents s'attribuent, et des occasions d'usage des écrans qu'ils observent pour leur enfant. La qualité méthodologique des articles a fait l'objet d'une évaluation. Un comité scientifique a accompagné le processus scientifique à compter de la recherche documentaire. La version préfinale de la synthèse de connaissances a aussi été révisée par des pairs.

Résultats

Parmi les 17 études retenues, dix ont un devis qualitatif et sept, un devis quantitatif descriptif. Les études ont été menées dans divers pays, dont les plus fréquents sont les États-Unis, l'Australie et la Turquie (trois articles pour chacun). Les études sélectionnées se penchent principalement sur les perceptions des parents concernant les conséquences de l'usage des écrans par l'enfant ($n = 14$), les raisons pour lesquelles les parents disent laisser leur enfant utiliser des écrans ($n = 12$), et leur sentiment d'efficacité parental au regard de la régulation de cette utilisation ($n = 10$). Les données ne permettent pas de faire des généralisations à une population, mais mettent en évidence la récurrence des perceptions des parents à travers les études. Le nombre d'études où une même perception est relevée est indiqué entre parenthèses.

- Les parents perçoivent qu'ils ont un rôle à jouer comme modèle d'usage des écrans (n = 6), et pour réguler l'usage des écrans de leur enfant (n = 4).
- Les parents qui laissent leur enfant utiliser les écrans le font pour diverses raisons. Les raisons mentionnées dans le plus grand nombre d'études sont de gérer le comportement de l'enfant (n = 7) et d'occuper l'enfant pendant que les parents font autre chose, particulièrement des tâches (n = 6).
- Les parents perçoivent des conséquences positives à l'usage des écrans de leur enfant, dont l'acquisition d'habiletés numériques (n = 6), de connaissances (n = 5) et le divertissement (n = 6). Toutefois, ils perçoivent également des conséquences négatives, comme la baisse des interactions et de la socialisation (n = 8), les problèmes visuels (n = 7) et la dépendance aux écrans (n = 6).
- Des parents n'ont pas toujours l'impression de faire des choix planifiés concernant l'usage des écrans de leur enfant; ils sont notamment influencés par la fatigue parentale (n = 3).
- Certains parents ressentent de l'inquiétude et de la culpabilité en lien avec l'usage des écrans de leur enfant (n = 4).
- Des parents perçoivent les écrans comme étant une réalité omniprésente de la vie moderne qui s'inscrit dans leur quotidien (n = 4).
- Le regard de l'entourage des parents influence leur prise de décision (n = 2). Par exemple, des parents affirment permettre l'usage des écrans de leur enfant pour éviter qu'il soit en retard dans ses habiletés numériques et exclu dans les rassemblements, comme les fêtes de famille (n = 1). Des parents disent être influencés par les normes sociales qu'ils jugent globalement favorables à l'usage des écrans chez les tout-petits (n = 3).
- S'il est possible que les parents se sentent informés au sujet de l'usage des écrans chez les jeunes enfants (n = 1), certains ne connaissent pas l'existence des recommandations, et encore moins leur contenu précis (n = 3).
- Les parents perçoivent de nombreux obstacles à la régulation de l'usage des écrans de leur enfant (n = 10). L'obstacle qui ressort du plus grand nombre d'études est celui posé par les exigences de la parentalité (s'occuper des enfants, faire les repas et les tâches ménagères) (n = 5).

Conclusion

Les parents de jeunes enfants ont diverses perceptions sur l'usage des écrans de leur tout-petit. La présente synthèse de connaissances permet de mieux comprendre ces perceptions, qui sont un déterminant de l'usage des écrans en bas âge en lien avec le milieu familial. Les pistes d'action pour un usage équilibré des écrans pendant la petite enfance gagnent à tenir compte de ces perceptions, qui soutiennent l'importance de ne pas faire porter la responsabilité uniquement aux parents. Ainsi, dans une perspective de santé publique, il apparaît important de dépasser l'éducation et la formation aux parents, et de rendre les environnements des familles favorables à un usage équilibré des écrans. Des recherches sur les pistes d'action visant l'amélioration des environnements sont nécessaires.

1 INTRODUCTION

L'usage des écrans est une habitude de vie qui s'installe souvent dès la petite enfance. De 0 à 5 ans, un temps d'écran important⁴ est associé à un risque accru de difficultés sur le plan du développement global (2), notamment le développement langagier (3,4), cognitif et socioaffectif (5). Durant cette période de vie, un temps d'écran important est aussi associé à un risque accru de difficultés de sommeil (6), à un indice de masse corporelle plus élevé (7), à des problèmes de comportements extériorisés (8,9) et à des problèmes d'inattention (9). Les associations entre l'usage des écrans et le risque de difficultés sur le plan du développement et de la santé varient non seulement en fonction de la durée d'usage, mais aussi du contenu visionné et des modalités d'usage (ex. : visionnement seul comparé au covisionnement parent-enfant)(10)⁵.

Dans les dernières années, par souci de favoriser un usage équilibré des écrans chez les tout-petits, diverses organisations du domaine de la santé ont émis des recommandations (ex. : Société canadienne de pédiatrie, 2023; American Academy of Pediatrics, 2022; Organisation mondiale de la Santé, 2019; Department of Health-Australie, 2021). Plusieurs recommandations mettent l'accent sur la réduction du temps d'usage, tout en mentionnant l'importance des contextes d'usage et des contenus visionnés. Au Canada, la Société canadienne de pédiatrie recommande notamment d'éviter d'exposer les enfants de deux ans et moins aux écrans (sauf pour le vidéobavardage), et de limiter le temps d'écran à un maximum d'une heure par jour chez les enfants de 2 à 5 ans (12). Le gouvernement du Québec adhère à ces recommandations⁶.

1.1 Usage des écrans chez les jeunes enfants

Des données internationales (13), canadiennes (14,15) et québécoises (16) montrent qu'un nombre important de jeunes enfants utilisent les écrans pour une durée quotidienne plus élevée que ce qui est recommandé par des instances officielles. En ce sens, le fait que l'usage des écrans prenne une place considérable dans le quotidien d'une proportion significative d'enfants de 0 à 5 ans constitue une préoccupation de santé publique au Québec, et ailleurs dans le monde (17).

⁴ La définition d'un temps d'écran important ou élevé varie d'une étude à l'autre, et il n'y a pas de consensus par rapport à un seuil clair. Certaines études montrent, néanmoins, que plus le temps augmente, plus le risque pour la santé et le développement augmente aussi (1).

⁵ À ce jour, une large partie des études se concentrent sur les associations entre la durée d'usage et différents facteurs liés au développement, à la santé et au bien-être du tout-petit (11).

⁶ Les recommandations du gouvernement du Québec sont disponibles en suivant ce lien : <https://www.quebecontreca/sante/conseils-et-prevention/saines-habitudes-de-vie/utilisation-saine-des-ecrians-chez-les-jeunes>.

Au Québec, en 2022-2023, 25 % des enfants âgés de 17 mois passaient, en moyenne, une heure ou plus devant un écran quotidiennement, les jours de semaine⁷. La proportion s'élevait à 35 % les jours de fin de semaine. Les proportions étaient plus élevées chez les enfants qui vivaient dans un ménage à faible revenu (42 % contre 21 % les jours de semaine, et 47 % contre 32 % les jours de fin de semaine). De plus, les enfants de 17 mois qui vivaient dans une famille où il y avait un enfant plus âgé qu'eux étaient plus susceptibles que les autres de passer au moins une heure par jour devant les écrans les jours de fin de semaine (37 % contre 32 %⁸).

Par ailleurs, toujours au Québec, en 2021-2022, 16 % des enfants de maternelle 5 ans passaient deux heures et plus à regarder ou utiliser des écrans, alors que 36 % y passaient une à deux heures par jour (1). La proportion d'enfants ayant un temps d'écran moyen de deux heures et plus par jour était plus élevée chez les enfants nés à l'extérieur du pays (24 % contre 15 %), les enfants ayant un ou des parents qui ne détiennent aucun diplôme (21 % contre 14 % avec diplôme universitaire), et les enfants vivant dans une famille monoparentale (19 % contre 15 % famille biparentale). Elle était aussi plus élevée chez les enfants présentant un trouble du développement ou un problème de santé détecté (19 % contre 15 %), et chez les garçons (17 % contre 15 %)⁹.

Les données québécoises sur le temps d'écran des jeunes enfants sont d'autant plus préoccupantes qu'elles pourraient être sous-estimées. En effet, il pourrait y avoir une faible correspondance entre les mesures de temps d'écran rapportées par les parents pour leur enfant et les mesures objectives, qui feraient ressortir des durées plus élevées (18). Cette limite est souvent considérée comme inhérente aux études dans ce champ de recherche (11).

1.2 Usage des écrans dans le milieu familial

Au Québec, l'usage des écrans en services de garde éducatifs à l'enfance est encadré par un règlement¹⁰. Ainsi, pour la plupart des enfants, l'usage des écrans a principalement lieu dans le milieu familial. Plusieurs facteurs liés au milieu familial sont associés à l'usage des écrans de l'enfant, notamment l'usage du parent lui-même et la présence d'appareils digitaux dans la chambre de l'enfant (19).

Les perceptions des parents constituent un autre facteur associé au temps d'écran de l'enfant qui est bien documenté (11). Par exemple, des perceptions parentales positives de l'usage des

⁷ Ces données sont tirées de l'Enquête longitudinale du développement des enfants du Québec, qui est en cours et publiée uniquement en ligne au moment de publier cette synthèse de connaissances :

statistique.quebec.ca/fr/produit/publication/utilisation-ecrans-tout-petits-environ-un-an-et-demi-et-leurs-parents

⁸ Toutes les différences sont statistiquement significatives.

⁹ *Ibid.*

¹⁰ Le *Règlement sur les services de garde éducatifs à l'enfance* est disponible en ligne au :

<https://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/rc/s-4.1.1.%20r.%202/20220901#se:115>

L'article 115 stipule que « le prestataire de services de garde éducatifs ne peut mettre à la disposition des enfants un téléviseur, un ordinateur, une tablette électronique ou tout autre appareil audiovisuel que si leur utilisation est intégrée au programme éducatif et qu'elle survient sporadiquement, sans excéder 30 minutes dans une même journée. Toutefois, leur usage est interdit pour les enfants âgés de moins de 2 ans. »

écrans en bas âge (ex. : les enfants doivent développer tôt des habiletés numériques) sont associées à un temps d'écran plus élevé de l'enfant (20). Dans le même sens, des motivations non éducatives des parents à laisser l'enfant utiliser les écrans (ex. : pour l'aider à relaxer, pour le récompenser) sont également associées à un temps d'écran plus élevé (21). Enfin, des perceptions négatives sur l'importance de limiter le temps d'écran de l'enfant (ex. : ne pas adhérer à l'idée qu'il est pertinent de restreindre les activités impliquant des écrans) sont aussi associées à un temps d'écran plus élevé (22). Ultimement, les perceptions des parents guident les décisions qu'ils prennent au regard de l'usage des écrans de leur enfant (23).

En somme, en raison de divers facteurs liés au milieu familial qui sont associés au temps d'écran de l'enfant, il en ressort que les parents exercent une influence majeure sur l'accessibilité des appareils technologiques et sur leur utilisation par leur enfant âgé de 0 à 5 ans (11). Mieux comprendre leurs perceptions sur l'usage des écrans de leur enfant apparaît un premier pas pertinent pour identifier, ultérieurement, sur la base d'un ensemble de facteurs influençant l'usage des écrans de l'enfant, des pistes d'action adaptées aux réalités des parents.

1.3 Objectif de la synthèse de connaissances

L'objectif principal de la présente synthèse de connaissances est de documenter les perceptions des parents à l'égard de l'usage des écrans de leur enfant âgé de 0 à 5 ans.

Dans le cadre de cette synthèse, les perceptions incluent tous les processus cognitifs et émotionnels par lesquels les individus envisagent, interprètent et donnent du sens à une situation. Par ailleurs, le concept d'usage des écrans est préféré à celui d'exposition, qui est plus large, et qui peut inclure l'exposition aux écrans de l'enfant par l'intermédiaire de l'utilisation qu'en font ses parents. Les études se penchent généralement sur l'usage des écrans de l'enfant, plus facile à circonscrire, que sur l'exposition aux écrans en général.

2 MÉTHODOLOGIE

La présente synthèse repose sur une revue narrative systématisée d'articles primaires aux devis qualitatif et quantitatif. Une revue narrative systématisée inclut quelques éléments de la revue systématique sans constituer une revue systématique complète (24).

2.1 Questions de recherche

La question de recherche est la suivante : quelles sont les perceptions des parents à l'égard de l'usage des écrans de leur enfant âgé de 0 à 5 ans?

2.2 Recherche documentaire

Une stratégie de recherche documentaire a été développée avec l'aide d'un bibliothécaire. La stratégie de recherche combinait des descripteurs et des mots-clés en lien avec les concepts suivants : 1) exposition¹¹ aux écrans; 2) perceptions des parents¹²; et 3) petite enfance.

La recherche a été réalisée le 4 septembre 2024 dans les bases de données Medline, Embase, Global Health, PsycINFO, CINAHL, ERIC, Psychology & Behavioral Sciences Collection et SocINDEX. Le détail de la stratégie de recherche est présenté à l'annexe 1.

La stratégie de recherche a permis d'identifier 1561 articles, après dédoublonnage. La sélection a été réalisée en deux temps : 1) sur la base de la lecture des titres et des résumés; 2) sur la base de la lecture complète. Étaient incluses les études primaires au devis qualitatif, quantitatif ou mixte, menées dans un pays membre de l'Organisation de coopération et de développement économique (OCDE), et publiées dans une revue révisée par les pairs, en anglais ou en français, de 2019 à 2024. Les études devaient avoir une question de recherche incluant les perceptions des parents sur l'usage des écrans de leur enfant âgé de 0 à 5 ans. Par exemple, une étude avec une question de recherche portant sur les perceptions des parents sur l'activité physique de leur enfant et incluant, accessoirement, des résultats sur les perceptions du temps d'écran n'était pas incluse. Les critères d'inclusion et d'exclusion sont détaillés à l'annexe 2.

La première sélection comprenait une étape de validation par une deuxième conseillère scientifique (CB) pour 20 % des articles sélectionnés aléatoirement. Les divergences d'opinions ont été réglées par consensus. À cette étape, 56 articles ont été inclus. Pour la deuxième sélection, 20 % des articles, encore sélectionnés aléatoirement, ont été validés par la deuxième conseillère scientifique. Les divergences d'opinions ont, encore une fois, été réglées par consensus. Pour cette sélection, 16 articles correspondant à l'ensemble des critères ont été retenus. Un article répertorié par la méthode « boule de neige » a été inclus dans un deuxième

¹¹ Même si le terme « usage » a été préféré dans la présente synthèse de connaissances pour mieux cibler les comportements d'usage des écrans de l'enfant, le concept d'exposition a été choisi pour la recherche documentaire dans un souci d'exploration plus large.

¹² Le concept de perceptions des parents incluait plusieurs mots-clés tels que « attitudes, raisons, croyances, motivations, perspectives, opinions, pensées, émotions ».

temps, ce qui a finalement mené à un total de 17 articles retenus. L'annexe 3 récapitule le processus de sélection des articles en suivant le cadre PRISMA.

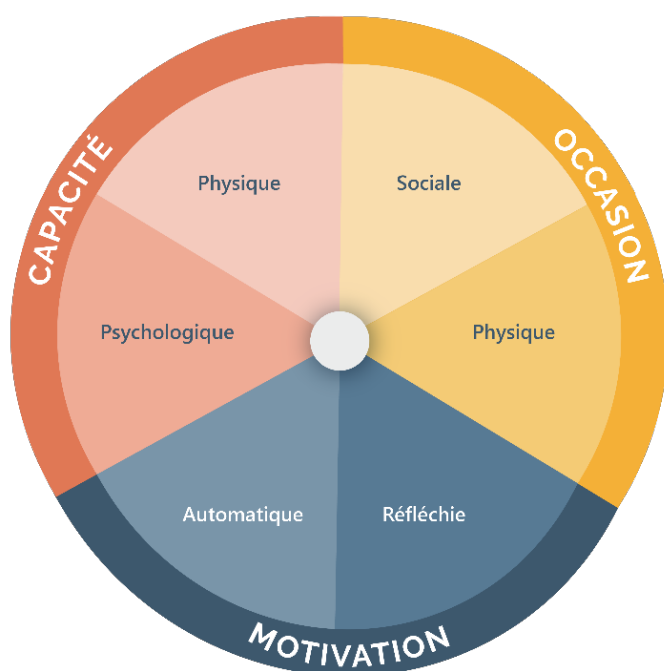
2.3 Extraction et analyse des données

Les données des 17 articles retenus ont été extraites dans une grille permettant notamment de consigner la méthodologie utilisée, les caractéristiques sociodémographiques des participants, ainsi que les résultats en lien avec les perceptions des parents.

Les perceptions des parents ont été organisées en trois catégories, qui sont inspirées du modèle explicatif des comportements COM-B (Capability, Opportunity, Motivation – Behavior) (voir figure 1). Ce modèle constitue le cœur de la roue du changement des comportements (traduction de *The Behaviour Change Wheel*). Le modèle COM-B a été choisi comme cadre d'analyse, car il apparaît pertinent de documenter comment les parents **perçoivent** les différents facteurs susceptibles d'expliquer les comportements qu'ils adoptent au regard de l'usage des écrans de leur enfant. L'adaptation du modèle COM-B est utilisée afin de mieux comprendre l'usage des écrans des jeunes enfants, mais n'a pas pour but de classer les perceptions des parents dans une visée de changements de comportements. L'objectif de la présente synthèse est exclusivement de documenter ces perceptions, comme il a été mentionné précédemment.

Dans le modèle COM-B, trois facteurs expliquent les comportements, à savoir la capacité, l'occasion et la motivation. La capacité et la motivation relèvent principalement de facteurs internes à l'individu. La capacité (physique et psychologique) inclut notamment les connaissances et les ressources personnelles, dont le sentiment d'efficacité. La motivation (réflexive et automatique) inclut, entre autres, les raisons d'adopter un comportement, de même que les habitudes et les émotions en lien avec ce comportement. L'occasion (physique et sociale) relève de facteurs externes à l'individu, et comprend notamment l'environnement physique, les influences interpersonnelles et les normes sociales. Les occasions et les capacités peuvent influencer les motivations (25). Les facteurs explicatifs du comportement sont définis dans le glossaire (26).

Figure 1 Le modèle COM-B au cœur de la Roue du changement des comportements¹³



Source : Adaptation d'une partie de la figure de la roue du changement des comportements, avec les termes de la traduction autorisée de Michie et coll., 2011 (26)

2.4 Évaluation de la qualité méthodologique

La qualité méthodologique des 17 articles sélectionnés a été évaluée. La grille d'analyse de la qualité utilisée est la *Mixed Methods Appraisal Tool* (MMAT) (27). Cette grille permet d'évaluer plusieurs devis de recherche et comporte cinq questions par devis; les questions sur les études qualitatives et sur les études quantitatives descriptives ont été utilisées. Sur la base du score obtenu pour la qualité méthodologique, les études ont été regroupées en trois catégories, à savoir celles de faible qualité (scores de 1 et 2), celles de qualité moyenne (score de 3), et celles de qualité élevée (scores de 4 et 5). L'évaluation détaillée est présentée à l'annexe 5.

L'analyse a été répartie entre deux conseillers scientifiques (MEBG et YF) qui se sont assurés d'un accord interjuge pour 25 % du corpus sélectionné. Les divergences d'opinions ont été réglées par consensus.

¹³ La figure 1 traduite, de même que les données en français, sont tirées d'une traduction autorisée disponible uniquement en ligne : https://static1.squarespace.com/static/64947fa5f430c035dbf33b1d/t/64dabcb6b6bda5008c2e8071/1692056771889/La+roue+du+changement+des+comportements_web.pdf

2.5 Comité scientifique et révision par les pairs

Un comité scientifique formé de quatre personnes détenant une expertise dans divers domaines, dont la petite enfance et l'usage des écrans, a été impliqué à différentes étapes de la synthèse de connaissances. Après avoir commenté la méthodologie et les constats préliminaires, le comité a été appelé à consulter une première version de la présente synthèse en émettant des commentaires sur la pertinence des constats réalisés. Préalablement, une personne membre du comité, et ayant une expertise en lien avec le modèle COM-B, a également validé la catégorisation des perceptions en fonction des facteurs explicatifs des comportements.

Par la suite, en conformité avec le Cadre de référence sur la révision par les pairs des publications scientifiques de l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), une version préliminaire de la synthèse a été soumise à trois réviseuses externes. Celles-ci ont été invitées à remplir une grille d'analyse portant sur le contenu, la méthodologie, les conclusions et les enjeux éthiques. Aucun membre du comité scientifique et aucun réviseur externe n'a déclaré d'intérêts qui pourraient entrer en conflit avec leur rôle dans le cadre de cette synthèse de connaissances.

3 RÉSULTATS

Les résultats sont présentés en deux parties, à savoir la description des études incluses et les perceptions des parents classées en fonction des trois facteurs explicatifs des comportements dans le modèle COM-B.

3.1 Description des études incluses

Parmi les 17 études retenues, dix ont utilisé un devis de recherche qualitatif et sept, un devis quantitatif s'appuyant sur un échantillon de convenance¹⁴. Le nombre de participants pour les études utilisant un devis qualitatif varie de 6 à 386. Il varie de 178 à 3115 pour celles utilisant un devis quantitatif.

Les études ont été réalisées aux États-Unis (n = 3), en Turquie (n = 3), en Australie (n = 3), en Corée du Sud (n = 2), en Angleterre (n = 1), en Suède (n = 1), en Italie (n = 1), en Hongrie (n = 1) et en France (n = 1). Une étude a été effectuée à la fois au Japon, au Portugal et en Norvège. Il est à noter que les deux études qualitatives menées en Corée du Sud ont été réalisées par les mêmes chercheurs. La première, qui documente spécifiquement les perceptions des parents à l'égard des conséquences de l'usage des écrans de leur enfant (28), s'inscrit dans la seconde, plus large (29). Les deux articles présentent des données différentes.

Les perceptions qu'ont les parents de leurs motivations, telles que définies dans le modèle COM-B, sont abordées dans les 17 études. Les perceptions qu'ont les parents de leurs capacités sont analysées dans 12 études. Enfin, les occasions perçues sont documentées dans six études. Le cellulaire et la tablette sont inclus dans les types d'écrans considérés dans la majorité des études (16 études pour le cellulaire et 14, pour la tablette). La télévision et l'ordinateur sont inclus dans un nombre moins important d'études (sept pour la télévision, et cinq pour l'ordinateur).

En ce qui concerne la qualité méthodologique, neuf études sont de qualité élevée, cinq de qualité moyenne, et trois de faible qualité. Une plus grande proportion d'études qualitatives que d'études quantitatives sont de qualité élevée, à savoir 70 %, comparativement à 29 %, respectivement.

¹⁴ Il est à noter que deux études étaient considérées par leurs auteurs comme ayant un devis mixte. Toutefois, lors de l'évaluation de la qualité, l'étude de Lammers et coll. a été considérée comme une étude quantitative et l'étude de Mekhail et coll., comme une étude qualitative. La majeure de chacune des études correspondait mieux à ces devis. Il est également à noter que l'étude de Reddan et coll. comportait des données quantitatives et qualitatives, mais a été considérée comme une étude quantitative en suivant la même logique. Aucune étude n'incluait des données quantitatives et qualitatives de manière intégrée, ce qui caractérise le devis mixte (27). Ces constats ont mené à évaluer la qualité méthodologique des trois articles concernés à la baisse.

Tableau 1 Caractéristiques des études recensées¹⁵

Auteurs, année (référence) <i>Pays de l'étude</i>	Population à l'étude (n = parents) <i>Âge des enfants</i>	Perception de l'usage des écrans de l'enfant			Type d'écran considéré
		Capacités	Motivations	Occasions	
Devis qualitatif					
Basar et Elydirim, 2022 (30) <i>Turquie</i>	n = 21 3-6 ans	X	X	X	cell., tab., télé
Buldu et al., 2020 (31) <i>Turquie</i>	n = 21 18-mois-6 ans	X	X		cell., tab., télé, ordi ¹⁶
Golden et al., 2020 (32) <i>États-Unis</i>	n = 12 18-2 ans ½	X	X	X	cell.
Hood et al., 2024 (33) <i>Australie</i>	n = 30 9-15 mois		X	X	cell., tab.,
Joseph et al., 2019 (34) <i>États-Unis</i>	n = 21 3-5 ans	X	X		cell., tab., télé, ordi ¹⁷
Ko, 2023 (28) <i>Corée du Sud</i>	n = 15 0-6 ans		X		cell.
Ko, 2023b (29) <i>Corée du Sud</i>	n = 15 0-6 ans	X	X		cell.
Mallawaarachchi et al., 2022 (35) <i>Australie</i>	n = 45 1 -6 ans	X	X	X	cell., tab.
Mekhail et al., 2024 (36) <i>Suède</i>	n = 386 ¹⁸ environ 18 mois	X	X	X	cell., tab., télé
Neumann et al., 2020 (37) <i>Angleterre</i>	n = 6 2 ans ½-3 ans	X	X	X	tab.
Devis quantitatif					
Covolo et al., 2021 (38) <i>Italie</i>	n = 1869 0-5 ans	X	X		cell., tab.
Dardanou et al., 2020 (39) <i>Norvège, Portugal, Japon</i>	n = 552 0-23 mois		X		cell., tab. ¹⁹
Konok et al., 2020 (40) <i>Hongrie</i>	n = 1283 0-7 ans		X		cell., tab.
Kulacki et al., 2020 (41) <i>Turquie</i>	n = 500 0-3 ans	X	X		cell., tab., télé, ordi
Lammers et al., 2022 (42) <i>États-Unis</i>	n = 178 0-2 ans		X		cell., tab., télé
Reddan et al., 2022 (43) <i>Australie</i>	n = 419 1-4 ans	X	X		cell., tab., télé, ordi
Vincent et Blot, 2021 (44) <i>France</i>	n = 451 6 mois-3 ans	X	X		cell., tab., télé, ordi

¹⁵ Les articles en vert ont été évalués comme étant de qualité élevée, les articles en jaune, de qualité moyenne et les articles en orange, de faible qualité.

¹⁶ Les abréviations utilisées signifient, dans l'ordre : cellulaire, tablette, télévision et ordinateur.

¹⁷ Les types d'écrans ne sont pas précisés, mais il est question des écrans en général et il y a des mentions à la télévision.

¹⁸ L'étude comporte également une partie quantitative, d'où le nombre élevé de participants, mais la majeure est qualitative. Chaque parent a été interviewé individuellement.

¹⁹ La liseuse est incluse dans les écrans.

3.2 Perceptions des parents

La littérature sélectionnée permet de mettre en évidence les **perceptions des parents quant à** : 1) **leurs motivations** lorsqu'ils laissent ou non leur enfant utiliser des écrans; 2) **leurs occasions** de laisser ou non leur enfant utiliser des écrans; et 3) **leurs capacités à réguler** l'usage des écrans de leur enfant.

3.2.1 Motivations perçues en lien avec l'usage des écrans de l'enfant

Les perceptions des parents de leurs motivations en lien avec l'usage des écrans de leur enfant sont largement documentées dans la littérature recensée. Le tableau 2 présente les perceptions étudiées, avec les références correspondantes, et les principaux résultats. Ceux-ci sont détaillés dans le texte par la suite.

Tableau 2 Les perceptions des parents concernant leurs motivations en lien avec l'usage des écrans de leur enfant

Perceptions étudiées	Résultats
Rôle parental perçu en lien avec l'usage des écrans de l'enfant (30,33,34,35,36,37,39,43; n = 8)	Perception de l'importance du rôle parental de modèle d'usage des écrans de l'enfant et de régulation de cet usage
Raisons pour lesquelles les parents disent laisser l'enfant utiliser des écrans (28–31,33–36,38,41–43; n = 12)	Raisons fréquentes nommées correspondant surtout aux besoins des parents et à leurs obligations familiales (occuper l'enfant et gérer son comportement)
Conséquences perçues sur l'enfant de son usage des écrans (28-40,43; n = 14)	Perception à la fois de conséquences positives et négatives à l'usage des écrans par l'enfant
Habitudes perçues par les parents au regard de l'usage des écrans de l'enfant (29,32,43; n = 3)	Impression rapportée que l'usage des écrans de l'enfant relève parfois d'habitudes et est parfois guidé par la fatigue parentale
Émotions rapportées face à l'usage des écrans de l'enfant (28,29,35,37; n = 4)	Sentiments d'inquiétude et de culpabilité par rapport à l'usage des écrans de l'enfant

3.2.1.1 Perception du rôle parental en lien avec l'usage des écrans de l'enfant

Dans six études comportant des données qualitatives, **plusieurs parents perçoivent qu'ils ont un rôle à jouer comme modèle d'usage des écrans** (33–37,43). Ainsi, des parents soulignent que leur enfant acquiert des habitudes d'usage en les observant (35,37). Ils disent aussi noter que leur propre usage des écrans influence les demandes d'utilisation de leur enfant (35). Des parents mentionnent prendre conscience de leur usage problématique et être plus stricts quant à l'usage des écrans de leur enfant pour cette raison. Dans ce contexte, ils se disent conscients du double standard et se sentent hypocrites (35). Des parents sont plus facilement conscients de l'interférence de leur usage dans l'interaction avec leur enfant que de l'impact possible de leur

propre usage comme modèle de celui de leur enfant (33). Des parents disent aussi éviter d'utiliser des écrans devant leur enfant afin de lui offrir un bon modèle (33,36).

Dans un autre ordre d'idées, **des parents perçoivent l'importance de leur rôle pour réguler l'usage des écrans de leur enfant**. Une étude quantitative soulève que plusieurs parents reconnaissent leur rôle dans cette régulation : cette proportion est de 59 % chez des parents portugais (n = 162/274), et de 89 % chez des parents norvégiens (n = 160/180) (39). Trois études qualitatives documentent également la conscience des parents de leur rôle dans la régulation de l'usage des écrans (30,34,37). Ainsi, des parents soulignent l'importance de la régulation du parent, pour contrôler à la fois le contenu et le temps d'écran (30). Dans le même sens, des parents précisent que les parents en général doivent surveiller de près l'usage de la tablette de leur enfant (37). Des parents perçoivent aussi qu'ils ont une influence négative quand ils rendent les écrans facilement accessibles (34).

Quelques études relèvent que les parents ont généralement une **perception positive du fait de retarder l'usage des écrans de leur enfant, mais qu'il y a un écart entre ce qu'ils disent souhaitable et ce qu'ils font réellement**. Deux études comprenant des données quantitatives mettent ce fait en évidence (36,38). Ainsi, parmi des parents d'enfants de 0 à 2 ans, 55 % (n = 306²⁰) trouvent inapproprié que des enfants de l'âge de leur enfant utilisent des écrans, mais 25 % (n = 75) d'entre eux en permettent tout de même l'usage (38). Dans le même ordre d'idées, des parents d'enfants de 15 à 18 mois pensent que les enfants devraient commencer à utiliser les écrans à l'âge de deux ans (37,9 %; n = 78/206) ou plus tard (41,7 %; n = 86/206). Toutefois, 92,4 % (n = 317/343) des parents d'un plus large échantillon de la même étude affirment que leur enfant de 15 à 18 mois utilise des écrans (36). L'écart entre l'âge de début d'usage perçu comme souhaitable et l'âge de début d'usage réel est aussi mis en évidence dans une étude qualitative. Ainsi, des mères affirment que les enfants ne doivent pas être en contact trop tôt avec les écrans, mais une grande majorité d'entre elles (n = 18/20) ont exposé leur enfant avant l'âge qu'elles considèrent comme acceptable (31). En somme, plusieurs parents reconnaissent leur rôle dans la régulation de l'usage des écrans de leur enfant, mais ils ne suivent pas nécessairement les règles qu'ils jugent souhaitables en ce qui concerne l'âge d'initiation de cet usage.

Dans un autre ordre d'idée, dans une étude qualitative, les parents affirment qu'ils ont une responsabilité partagée avec le personnel éducateur pour la régulation de l'usage des écrans. Les parents pensent qu'ils sont les premiers à faciliter les bons comportements de leur enfant, mais perçoivent que le personnel éducateur exerce un rôle important sur les habitudes de vie du tout-petit, y compris sur l'usage des écrans, vu le temps important passé en services de garde éducatifs (34).

²⁰ Lorsque l'échantillon considéré n'est pas indiqué dans l'étude, il n'est pas inféré et seul le nombre de participants est mentionné pour donner une idée d'ordre de grandeur.

3.2.1.2 Raisons pour lesquelles les parents disent laisser l'enfant utiliser des écrans

Les raisons mentionnées par les parents de laisser leur enfant utiliser un écran sont abordées dans douze études. Dans six études contenant des données qualitatives, des parents expliquent permettre l'usage des écrans à leur enfant **dans le but d'avoir un moment pour eux-mêmes** (29,30,34–36,43). Plus précisément, des parents disent que cela leur permet de se reposer (29) et de relaxer (34), d'avoir une pause (43), de sortir un peu ou d'échanger avec des amis (29), ainsi que d'utiliser eux-mêmes des écrans (34). Dans cinq études comportant des données qualitatives, des parents précisent qu'offrir un écran à leur enfant leur permet de réaliser des tâches liées à la parentalité et des tâches ménagères (29,34–36,43), et également des tâches professionnelles (29). Les résultats de deux études quantitatives vont dans le même sens que ceux obtenus dans les études qualitatives, en faisant ressortir que certains parents justifient l'usage des écrans de leur enfant par le souhait de le distraire pendant qu'ils font autre chose (38,41). En effet, Covolo et collaborateurs relèvent que distraire l'enfant est la raison la plus souvent nommée par les parents (40 %; n = 149²¹), alors que Kulacki et collaborateurs parlent du fait de réaliser des tâches ménagères comme de la raison la plus souvent rapportée (28,1 %; n = 115²²).

Par ailleurs, dans cinq études contenant des données qualitatives, des parents disent avoir recours aux écrans **pour gérer le comportement de leur enfant** (28,29,31,33,36). Ainsi, des parents mentionnent fournir des écrans à leur enfant pour le garder calme ou éviter ses pleurs, le calmer ou le réconforter, et aussi récompenser un bon comportement qu'il adopte (29,33). Des parents précisent les contextes où ils perçoivent que les écrans peuvent calmer leur enfant : lorsqu'ils doivent lui administrer un médicament, lui couper les ongles, et se déplacer longtemps en voiture (33), ou encore manger au restaurant en famille (29). À la maison aussi, des parents disent faciliter les moments des repas avec les écrans. Ils affirment que cet usage permet à l'enfant de rester assis et de manger ce qui lui est proposé (29,31,36). La gestion du comportement de l'enfant avec les écrans est également invoquée comme raison justifiant l'utilisation des écrans dans deux études quantitatives (38,41). Ainsi, Covolo et collaborateurs mentionnent comme deuxième motivation la plus fréquemment nommée « garder l'enfant calme » (27 %; n = 252²³). Kulacki et collaborateurs pointent plutôt certains contextes qui peuvent être associés à une gestion des comportements par les écrans, à savoir les moments où l'enfant pleure (27,9 %; n = 114²⁴), et où l'enfant s'ennuie (3,7 %; n = 15²⁵).

²¹ L'échantillon total n'est pas indiqué.

²² *Ibid.*

²³ L'échantillon total n'est pas indiqué.

²⁴ *Ibid.*

²⁵ *Ibid.*

Dans une étude qualitative, des parents affirment utiliser des écrans avec leur enfant **pour communiquer avec un parent par vidéobavardage et pour soutenir l'interaction**, en écoutant des comptines, et en prenant ou en regardant des photos (33). En ce sens, dans une étude quantitative, 11 % (n = 104/1029) des parents disent que la raison la plus fréquente d'autoriser l'usage est la communication à distance avec des proches ou des amis (38). Par ailleurs, une étude comportant des données quantitatives fait ressortir le fait de vouloir **soutenir les apprentissages** comme la raison pour laquelle des mères se disent le plus susceptibles d'autoriser l'usage des écrans. Cette motivation est suivie par celle de **faire plaisir à l'enfant** (42).

3.2.1.3 Conséquences perçues ou anticipées sur l'enfant

Les perceptions sur les conséquences de l'usage des écrans sur l'enfant constituent le sujet le plus souvent abordé dans les articles sélectionnés : 14 articles traitent de ce sujet. **Les conséquences nommées par les parents concernent le développement, les apprentissages, les comportements, la santé physique, la santé mentale, la socialisation, et quelques autres aspects**²⁶. Le tableau 3 présente l'ensemble des perceptions sur les conséquences qui sont évoquées dans les études²⁷.

²⁶ Les conséquences perçues ont été classées par catégories pour faciliter l'analyse. La catégorisation est établie par induction et non à partir d'un cadre d'analyse. Elle a été réalisée par l'autrice et validée par une experte en développement de l'enfant. Certaines conséquences perçues par les parents pouvaient être classées dans l'une ou l'autre des catégories; dans ces cas, la catégorisation a été discutée avec l'experte et a fait l'objet d'un consensus.

²⁷ Dans les études comportant des données qualitatives, les perceptions sur les conséquences émanent des parents. Il est à noter que les parents des études de Buldu et de Ko ont exprimé leurs perceptions au sujet des conséquences d'un usage jugé important (31) ou excessif (29). Dans les études quantitatives, des conséquences étaient présentées aux parents et ceux-ci devaient indiquer s'ils étaient d'accord avec un énoncé (39,40,44) ou dans quelle mesure ils évaluaient une conséquence comme un risque ou un bénéfice (38).

Tableau 3 Les perceptions des parents à propos des conséquences sur l'enfant de son usage des écrans²⁸

Aspect de la vie de l'enfant	Conséquences positives	Conséquences négatives
Développement	• Développement du langage (30,31,38,44; n = 4) • Développement de la créativité et de l'imagination (31,38,39; n = 3) • Développement de la motricité fine (40,44; n = 2) • Amélioration de la concentration (44; n = 1) • Développement de la résolution de problèmes (40; n = 1)	• Manque d'attention, diminution de la concentration (30,31,36,44; n = 4) • Problèmes de langage (28,31,36,39; n = 4) • Baisse de l'imagination et de la créativité (35,36,39,40; n = 4) • Problèmes de développement global (36,39,40; n = 3) • Problèmes de développement socioaffectif (ex. : manque d'empathie) (28,36,39; n = 3) • Passivité, diminution de la motivation et de l'autonomie (35,39; n = 2) • Moins bon développement moteur (44; n = 1)
Apprentissages	• Acquisition d'habiletés numériques (32,35,36,38-40; n = 6) • Acquisition de connaissances (35-37,39,40; n = 5) • Apprentissage de concepts comme les couleurs (30,37,44; n = 3) • Apprentissage d'une langue étrangère (30,36,40; n = 3) • Engagement dans les apprentissages (35,37; n = 2)	• Perte de capacité à apprendre de façon traditionnelle (28; n = 1) • Diminution des apprentissages (44; n = 1)
Comportements	Non mentionné	• Agressivité et violence (28,29,31,35,40; n = 5) • Imitation de comportements négatifs et agressifs (28,30,31; n = 3) • Irritation et mauvaise humeur (28,31,40; n = 3) • Agitation (35,44; n = 2) • Non-respect des règles (28; n = 1)
Santé physique	Non mentionné	• Problèmes visuels, dont inconfort aux yeux (28,30,31,36,38-40; n = 7) • Problèmes de sommeil (28,38,39,44; n = 4) • Manque d'activité physique (35,36,39,40,43,44; n = 3) • Risque d'obésité ou obésité (38,44; n = 2) • Problèmes musculosquelettiques (28,31; n = 2)

²⁸ Les références 28 à 37 correspondent à des études qualitatives; les références 38 à 44 correspondent à des études quantitatives.

Tableau 3 Perceptions des parents à propos des conséquences sur l'enfant de son usage des écrans²³ (suite)

Aspect de la vie de l'enfant	Conséquences positives	Conséquences négatives
Santé mentale	Non mentionné	• Dépendance aux écrans (28,29,35,36,39,40; n = 6) • Problèmes de santé mentale (31; n = 1) • Dépression (40; n = 1)
Socialisation	• Communication à distance (35–37,38,40; n = 5) • Moyen d'expression et de communication/soutien aux interactions (33,37,40; n = 3)	• Baisse des interactions et de la socialisation (28,33,35-37,39,40,44; n = 8) • Augmentation des conflits parents-enfants (28; n = 1) • Isolement (39,40,44; n = 3) • Interférence dans les interactions (33; n = 1)
Autres	• Divertissement, y compris en famille (30,33,36,39,40,44; n = 6) • Ouverture sur le monde (40; n = 1) • Développement d'intérêt pour les histoires (37; n = 1)	• Exposition à du contenu inapproprié (29,34,37,39,40; n = 5) • Diminution/déplacement des autres activités (28,40,35,36,37; n = 5) • Confusion entre monde réel et monde virtuel (28,31,38; n = 3) • Perte de motivation et d'intérêt pour autre chose/ennui en l'absence d'écran (28,35,40; n = 3)

Il ressort globalement du tableau que les parents croient que les écrans peuvent entraîner des conséquences positives sur le développement, les apprentissages, la socialisation, ainsi que pour quelques autres aspects (ex. : le divertissement), alors qu'ils perçoivent des conséquences négatives non seulement sur tous ces domaines, mais également sur les comportements, la santé physique et la santé mentale. **En d'autres mots, les parents ne croient pas à des conséquences positives possibles des écrans sur les comportements et la santé de l'enfant.**

Plus précisément, dans trois études quantitatives, le divertissement est le premier bienfait perçu ou anticipé par les parents (39,40,44). Par exemple, 45,9 % (n = 178²⁹) des parents jugent que le cellulaire et la tablette permettent de divertir leur enfant (plaisir, émotions, distraction) (38). Ainsi, le divertissement est à la fois le bienfait qui se dégage du plus grand nombre d'études (six études; avec le développement d'habiletés numériques), et pour lequel la proportion de parents qui perçoivent le bienfait est la plus importante dans trois études.

Dans une autre étude quantitative (38), le principal bienfait perçu est la possibilité de communiquer à distance avec des proches. Ainsi, 47,5 % (n = 1148³⁰) des répondants perçoivent cette fonction comme un bienfait important. La communication à distance avec des proches ressort de trois études comme étant une conséquence positive de l'usage des écrans.

Dans deux études quantitatives, la perception que les écrans ont l'avantage de permettre l'acquisition de connaissances est partagée par environ le tiers des parents (39,44). Par exemple, 34,5 % (n = 134³¹) des parents jugent que le cellulaire et la tablette soutiennent l'apprentissage, notamment de nouveaux mots et de concepts comme les formes et les couleurs (44). La perception voulant que l'acquisition de connaissances par le biais des écrans est une conséquence positive de l'usage ressort de cinq études.

Les parents perçoivent une plus grande diversité de conséquences négatives que de conséquences positives. Dans une étude quantitative, diverses proportions des répondants pointent certaines conséquences : l'irritation des yeux est indiquée par 83 % (n = 2582³², mentionnée dans sept études), la confusion entre la réalité et le monde virtuel par 74 % (n = 2294³³, mentionnée dans trois études), et les problèmes de sommeil par 65 % (n = 2015³⁴, mentionnés dans quatre études) (38).

Dans une autre étude quantitative, les effets perçus ou envisagés sur le développement sont ceux qui inquiètent en premier lieu les parents (incluant les problèmes de comportements), comparativement au risque de perdre du temps pour d'autres activités et de développer une

²⁹ L'échantillon total n'est pas mentionné.

³⁰ *Ibid.*

³¹ *Ibid.*

³² *Ibid.*

³³ *Ibid.*

³⁴ *Ibid.*

dépendance aux écrans (40). Les problèmes de développement inquiètent aussi les parents dans plusieurs études.

Enfin, dans une troisième étude quantitative, 72,2 % (n = 283³⁵) des parents sont inquiets de l'isolement social et de la réduction des contacts sociaux (huit études); 65,1 % (n = 255³⁶) trouvent que les écrans augmentent l'agitation et réduisent l'attention et la concentration (cinq études), et 61,5 % (n = 241³⁷) pensent que les écrans empêchent de bien dormir (quatre études) (44).

De façon générale, il ressort de la littérature recensée que les parents perçoivent à la fois des conséquences positives et négatives sur leur enfant au regard de son usage des écrans. Un plus grand nombre de conséquences négatives sont perçues, ce qui ne veut pas dire que les conséquences positives perçues pèsent moins dans la décision des parents à l'égard de l'usage des écrans de leur enfant.

3.2.1.4 Habitudes perçues par les parents face à l'usage des écrans de l'enfant

Dans trois études comportant des données qualitatives, il en ressort que **les choix sur l'usage des écrans par l'enfant ne font pas toujours partie d'un processus conscient de planification** de la part des parents (29,32,43). Ainsi, des parents d'enfants de moins d'un an mentionnent ne pas avoir pris intentionnellement une décision quant à l'usage des écrans pour leur enfant, y compris quant au temps d'écran autorisé. Ils affirment que l'étude a représenté, pour eux, une occasion de réfléchir sur le sujet, ce qu'ils n'avaient jamais fait auparavant (32). Dans le même ordre d'idées, des parents disent aussi que leur enfant est exposé par le biais de leur propre usage, qui serait largement régi par des habitudes (43).

Par ailleurs, dans leur étude qualitative, Ko et collaborateurs dégagent un patron de comportements chez des mères qui perçoivent l'usage du cellulaire de leur enfant comme problématique : elles permettraient l'usage des écrans à leur enfant pour se donner une pause des obligations familiales et se reposer. Toutefois, cela les amènerait à moins réguler l'usage, ce qui créerait chez elles un sentiment de perte de contrôle. Elles essaieraient donc, par la suite, de réguler davantage l'usage des écrans, sans y parvenir, ce qui les ferait se sentir plus fatiguées. Elles permettraient alors un usage des écrans plus important, ce qui réenclencherait le cycle (29).

³⁵ L'échantillon total n'est pas mentionné.

³⁶ *Ibid.*

³⁷ *Ibid.*

3.2.1.5 Émotions rapportées par les parents face à l'usage des écrans de l'enfant

En ce qui concerne les émotions ressenties par les parents, trois études qualitatives font état, de manière explicite, d'**un sentiment d'inquiétude en lien avec les conséquences négatives de l'usage des écrans par l'enfant** perçues par les parents (28,29,35)³⁸. Par ailleurs, deux études qualitatives font ressortir **un sentiment de culpabilité des parents** lorsqu'ils donnent un appareil numérique à leur enfant ou en permettent l'utilisation, soit plus longtemps qu'ils ne le souhaitent (35), soit pour accomplir une tâche parentale (37).

3.2.2 Occasions perçues de l'usage des écrans de l'enfant

Les perceptions qu'ont les parents des occasions d'usage des écrans de leur enfant sont relativement peu documentées dans la littérature recensée. Le tableau 4 présente les perceptions étudiées dans la littérature, avec les références correspondantes, et les principaux résultats. Ceux-ci sont détaillés dans le texte par la suite.

Tableau 4 Les perceptions des parents sur leurs occasions au regard de l'usage des écrans de leur enfant

Perceptions étudiées	Résultats
Perceptions entourant la présence des écrans dans l'environnement de la famille (32,33,36,37; n = 4)	Perception d'une omniprésence des écrans au domicile familial
Influences interpersonnelles perçues en lien avec les choix d'usage des écrans de l'enfant (32,35; n = 2)	Perception d'être influencé dans ses décisions relatives à l'usage des écrans de l'enfant par l'observation des autres enfants et le regard de la famille, de l'entourage, de même que le regard des gens dans les lieux publics
Normes sociales perçues en lien avec l'usage des écrans de l'enfant (30,35,36; n = 3)	Perception de normes sociales favorables à l'usage des écrans par l'enfant, malgré une certaine polarisation des positions

3.2.2.1 Perceptions entourant la présence des écrans au domicile de la famille

Dans quatre études comportant des données qualitatives, il est question de la perception de **l'omniprésence des écrans comme d'une nouvelle réalité de la vie moderne qui s'inscrit dans le quotidien** (32,33,36,37). Ainsi, certains parents affirment que le cellulaire est intégré aux activités quotidiennes. Ils expliquent que l'appareil est toujours sur eux ou à leur portée, ce qui amène une exposition de l'enfant (32).

Dans deux études contenant des données qualitatives, des parents font référence à l'habitude qu'ils ont de laisser la télévision ouverte en arrière-plan, dans la vie de tous les jours (33,36). Par exemple, des parents disent laisser la télévision ouverte quand ils se préparent le matin et

³⁸ Toutes les études faisant état de perceptions de conséquences négatives de l'usage des écrans de l'enfant pourraient aussi traduire une certaine préoccupation des parents, mais seules les études rapportant des propos explicites sur les inquiétudes sont relevées.

pendant les repas, ce qui fait que leur enfant peut l'écouter (33). Par ailleurs, dans une étude qualitative portant exclusivement sur les perceptions des parents sur l'usage de la tablette, certains affirment en autoriser l'usage à leur enfant dans différents lieux de la maison, ce qui en facilite l'accès (37). En somme, les parents sont conscients que leur enfant a une multitude d'occasions à leur domicile d'utiliser des écrans, en raison de l'omniprésence des appareils.

3.2.2.2 Influences interpersonnelles perçues en lien avec les choix d'usage des écrans pour l'enfant

Dans une étude au devis qualitatif, des parents disent remarquer que leurs perceptions à l'égard de l'usage des écrans diffèrent de celles de leurs amis, des membres de leur famille ou d'autres parents d'enfants du même âge. Ils observent l'usage permis par les autres parents et expriment des opinions négatives à la fois sur une régulation stricte et sur l'absence de régulation. Ils affirment être influencés par le regard des autres, mais faire leurs propres choix, ultimement (32). Dans cette même étude, **des parents rapportent comparer les habiletés numériques de leur enfant à celles des autres enfants du même âge, et souhaiter ne pas lui nuire en retardant l'usage des écrans. Ils ne veulent pas non plus que leur enfant soit exclu**, par exemple, dans les fêtes de famille, parce qu'il serait le seul à ne pas savoir utiliser un cellulaire (32).

Dans une deuxième étude qualitative, des parents expliquent comment le regard des autres influencerait indirectement l'usage des écrans de leur enfant. Ainsi, **ils affirment ressentir la pression des autres pour encadrer le comportement du tout-petit lorsqu'ils sont à l'extérieur de la maison**, par exemple, au restaurant. Ils donnent alors un cellulaire ou une tablette à leur enfant pour l'amener à se comporter de façon acceptable socialement. Paradoxalement, dans la même étude, **des parents affirment se sentir jugés par la famille et les amis lorsqu'ils fournissent un appareil mobile à leur enfant dans un lieu public**, ce qui amène une mère à dire : « Tu es jugé si tu le fais, tu es jugé si tu ne le fais pas³⁹ » (35).

3.2.2.3 Normes sociales perçues en lien avec l'usage des écrans de l'enfant

Dans deux études comportant des données qualitatives, **des parents mentionnent explicitement que l'acceptabilité sociale ou les normes sociales les amènent à autoriser l'usage des écrans à leur enfant** (35,36). Dans une étude qualitative, les parents soulignent que l'usage des écrans par les enfants est la norme dans le monde d'aujourd'hui, au même titre que celui des adultes (30). Des parents d'enfants de 18 mois précisent que, même s'ils savent que leur enfant ne devrait pas utiliser des écrans, vu les conséquences négatives à anticiper, ils en permettent l'usage, parce que c'est la norme de la société (36).

Par ailleurs, il est intéressant de noter que des parents affirment observer une grande variabilité dans les opinions sur les écrans, malgré la normalisation de l'usage en bas âge. **Ils font l'hypothèse que les différentes opinions, les arguments autour des bienfaits et des risques**

³⁹ Traduction libre de "You're damned if you do, you're damned if you don't".

des technologies mobiles, les incertitudes, et la rigidité des messages de santé publique portent à confusion. Ils pensent que ceci peut mener à une polarisation des positions (35).

3.2.3 Capacités perçues de réguler l'usage des écrans de l'enfant

Les perceptions des parents au regard de leur capacité à réguler l'usage des écrans de leur enfant sont largement documentées dans les études recensées. Le tableau 5 présente les perceptions analysées, avec les références correspondantes, et les principaux résultats. Ceux-ci sont présentés plus en détail dans le texte qui suit.

Tableau 5 Les perceptions des parents concernant leur capacité à réguler l'usage des écrans de leur enfant

Perceptions étudiées	Résultats
Perceptions relatives aux connaissances sur l'usage des écrans de 0 à 5 ans, en lien avec les connaissances réelles (32,34,42,44) (n = 4)	Perception d'avoir des connaissances en lien avec l'usage des écrans, mais connaissance de l'existence et du contenu des recommandations variable
Sentiment d'efficacité personnelle au regard de la régulation de l'usage des écrans, en lien avec les obstacles perçus (29,31,32,35–38,41,43,44) (n = 10)	Perception de nombreux obstacles à la régulation de l'usage des écrans de l'enfant : quotidien de la parentalité et obligations familiales, comportements de l'enfant, attractivité du cellulaire, usage des écrans de la fratrie et des parents, divergence d'opinions entre coparents, usage à l'extérieur du milieu familial

3.2.3.1 Perceptions relatives aux connaissances sur l'usage des écrans de 0 à 5 ans qu'ont les parents

Une étude française quantitative fait ressortir que 68,5 % (n = 300/451) des parents se perçoivent comme étant suffisamment informés au sujet de l'usage des écrans des enfants de trois ans et moins. Internet est la source d'information sur l'usage des écrans la plus citée par les parents à l'étude (52,9 % des parents, soit n = 231/451). Plus de 22 % (n = 99/451) des parents disent avoir abordé le sujet de l'usage des écrans avec un professionnel de la santé (44).

Deux études qualitatives montrent toutefois que les parents ne pensent pas nécessairement connaître les recommandations relatives à l'usage des écrans des jeunes enfants (32,34). Ainsi, certains parents américains disent ne jamais avoir entendu parler des recommandations de l'*American Academy of Pediatrics* (AAP), et affirment ne pas en avoir été informés par le pédiatre de leur enfant (32). D'autres parents australiens affirment savoir qu'il existe des recommandations, mais ne pas être au fait de leur contenu exact. Ils sont toutefois au courant qu'il est recommandé de limiter le temps d'écran pour les jeunes enfants du préscolaire (34).

Dans le même ordre d'idées, trois études font ressortir que la connaissance de l'existence ou du contenu des recommandations relatives à l'usage des écrans des enfants de 0 à 5 ans varie. Ainsi, dans une étude américaine quantitative, 62,2 % (n = 107/172) des mères d'un sous-échantillon savent qu'il existe des recommandations officielles de l'AAP, 38,4 % (n = 66/172)

sont capables de dire de façon sûre qu'il est recommandé que les enfants de deux ans et moins n'utilisent pas les écrans, sauf pour le vidéobavardage, et plus de 7 % (n = 13/172) des mères arrivent à la même réponse sans être certaines de ce qu'elles avancent. Elles disent, par exemple, : « Je n'ai aucune idée, mais je dirais aucun [usage des écrans]? » (42).

En somme, une majorité de parents pourrait se sentir informée au sujet de l'usage des écrans des jeunes enfants. La connaissance objective de l'existence et du contenu des recommandations officielles en vigueur pourrait toutefois varier.

3.2.3.2 Sentiment d'efficacité des parents au regard de la régulation de l'usage des écrans de leur enfant

Pour parvenir à réguler l'usage des écrans de leur enfant, les parents doivent se sentir capables de le faire, donc avoir un sentiment d'efficacité au regard de cette régulation. Le sentiment d'efficacité ou l'autoefficacité peut être défini comme la croyance en sa capacité à réaliser une tâche ou une action précise (45). Lorsque les parents observent un écart entre ce qu'ils souhaitent faire ou pensent devoir faire, et ce qu'ils se sentent capables de mettre en pratique dans leur situation, leur sentiment d'efficacité peut diminuer. Se sentir peu efficace est souvent associé à la perception d'obstacles difficiles à surmonter, et à une réduction des chances d'adopter le comportement souhaité, ici la régulation de l'usage des écrans de l'enfant (25).

Les parents perçoivent de nombreux obstacles à la régulation de l'usage des écrans. Dans cinq études comprenant des données qualitatives, **la réalité du quotidien** est pointée explicitement par les parents pour justifier la difficulté à réguler l'usage de leur enfant comme ils le souhaitent (29,34–36,43). Certains aspects de cette réalité sont mentionnés, à commencer par les nombreuses obligations familiales (ex. : s'occuper de plusieurs enfants, préparer le souper, faire le ménage de la maison). Dans ce contexte, les écrans sont considérés comme une façon de composer avec les exigences parentales, puisque ceux-ci « gardent » l'enfant pendant que les parents font autre chose (29,35,43). En lien avec cette difficulté, des parents affirment qu'ils ont dû réviser leur vision de l'usage des écrans idéal après la naissance de leur bébé (35).

Dans trois études comprenant des données qualitatives, des parents mentionnent aussi percevoir **les comportements du jeune enfant** comme une barrière à la régulation de l'usage des écrans. Plus précisément, les parents affirment avoir de la difficulté à composer avec l'intérêt important de leur enfant pour les écrans, et avec ses réactions quand ils en interdisent ou en interrompent l'usage (29,35,43). Deux études quantitatives viennent compléter les données sur les réactions de l'enfant perçues par les parents (38,41). Parmi des parents qui autorisent l'usage des écrans, plus de la moitié d'entre eux (56 %; n = 1029/1869) affirment que leur enfant réagit de façon contrariée ou s'oppose à l'interruption. Dans le même ordre d'idées, seulement 36 % (n = 180/500) d'un échantillon de parents disent que leur enfant n'a aucune réaction lorsqu'ils interdisent l'usage, comparativement à 32,4 % (n = 162/500) qui affirment qu'il pleure, 16,4 % (n = 82/500), qu'il devient de mauvaise humeur, 12,2 % (n = 61/500), qu'il insiste ou 3 % (n = 15/500), qu'il devient agressif (41).

En lien avec l'intérêt important de l'enfant pour les écrans, trois études qualitatives mettent l'accent sur **l'attractivité du cellulaire et son omniprésence** comme raison de la difficulté à réguler l'usage des écrans de l'enfant (29,32,35). Ainsi, des parents jugent inévitable l'attrait de l'enfant pour l'appareil et son contenu (29,35). Dans le même ordre d'idées, certains parents affirment qu'il est possible de réguler l'usage que fait l'enfant de l'ordinateur portable et de la tablette, mais pas du téléphone, étant donné son omniprésence dans l'environnement de l'enfant (32).

D'autres barrières à la régulation de l'usage de l'enfant, perçues par les parents, sont liées au contexte familial. Ainsi, dans deux études qualitatives, des parents pensent que **l'usage des enfants plus âgés de la famille** rend la régulation de l'usage du cadet plus ardue (32,35). Les enfants plus vieux peuvent spontanément montrer le téléphone aux plus jeunes, par exemple, lorsqu'ils s'amuse de ce qu'ils y voient (32). Dans une autre étude comportant des données qualitatives, les parents nomment aussi **leur propre usage** comme étant un obstacle à la régulation de l'usage de leur enfant (43). Enfin, dans une quatrième étude comportant des données qualitatives, ce n'est pas la fratrie ou le parent lui-même qui sont pointés pour expliquer les difficultés à réguler l'usage, mais **les divergences d'opinions entre coparents**, qui n'arrivent pas à arriver à un consensus sur l'usage des écrans à permettre à l'enfant (36).

L'usage à l'extérieur du milieu familial est un autre aspect perçu comme un frein à la régulation de l'usage de l'enfant dans trois études contenant des données qualitatives (32,35,43). Ainsi, les parents qui souhaitent encadrer l'usage des écrans de leur enfant lorsqu'ils sont ailleurs qu'à la maison rapportent avoir de la difficulté à refuser l'usage quand ils observent les autres enfants avoir accès aux écrans. L'usage des enfants chez des amis en l'absence des parents ou en services de garde est aussi présenté comme un frein à la régulation de l'usage par les parents (43).

Bien que plusieurs parents perçoivent de nombreux obstacles à la régulation de l'usage des écrans de leur enfant, **certains parents affirment explicitement restreindre l'usage et placer des limites dans sept études contenant des données qualitatives** (29–31,34–36,42).

Dans deux de ces études, les parents discutent de leurs moyens de contrôle (31,35). Par exemple, certains moyens utilisés par les parents sont internes (limites, contrôle parental), et d'autres, externes (cacher les appareils, ne pas les recharger) (35).

4 DISCUSSION

La discussion est présentée en deux parties, à savoir : 1) les principaux constats en lien avec les perceptions des parents, et 2) les forces et les limites de cette synthèse de connaissances.

4.1 Principaux constats en lien avec les perceptions des parents

Quelques constats peuvent être dégagés en lien avec les résultats de cette synthèse. D'abord, plusieurs perceptions des parents au regard de l'usage des écrans de leur enfant de 0 à 5 ans qui sont documentées dans cette synthèse de connaissances le sont aussi dans d'autres études. De plus, plusieurs de ces perceptions sont associées à la durée d'usage des écrans de l'enfant, selon certaines études. Enfin, les perceptions des parents amènent à réfléchir de façon globale aux pistes d'action potentielles pour favoriser de saines habitudes de vie au regard de l'usage des écrans de 0 à 5 ans.

4.1.1 Contextualisation des perceptions des parents sur l'usage des écrans de leur enfant

Les parents reconnaissent fréquemment leur rôle dans la régulation de l'usage des écrans de leur enfant. Ils conçoivent aussi souvent qu'ils constituent un modèle d'usage des écrans pour leur enfant, modèle que celui-ci risque de reproduire. **Le sentiment d'être partie prenante dans la régulation de l'usage des écrans de l'enfant semble donc assez présent chez les parents.**

Les parents ont plusieurs raisons de laisser leur enfant utiliser les écrans. La plupart de leurs raisons ont trait à leurs propres besoins de temps — soit pour relaxer, soit pour réaliser des tâches — ou encore à leur besoin de gérer le comportement de leur enfant.

Les parents utilisent aussi les écrans pour le divertissement et la communication de leur enfant avec des proches à distance. Des données québécoises vont dans le même sens : 21 % des parents utilisent souvent ou très souvent les écrans pour amuser l'enfant ou lui faire plaisir, 19 %, pour l'occuper pendant qu'ils font autre chose, 16 %, pour favoriser son apprentissage, et 5 %, pour l'aider à se calmer⁴⁰. Les données québécoises font ressortir une moins grande proportion de parents qui utilisent les écrans pour calmer leur enfant que dans les études recensées. Cette divergence pourrait refléter une différence dans les réalités, ou simplement s'expliquer par la façon dont les questions ont été posées dans les études. Ce questionnement mériterait d'être exploré, car le fait d'utiliser souvent les écrans pour calmer un jeune enfant pourrait être associé à une augmentation de la réactivité de l'enfant. En effet, une étude longitudinale menée auprès d'enfants âgés de 3 à 5 ans laisse penser que le fait d'utiliser les écrans pour calmer l'enfant pourrait entraîner une plus grande réactivité chez lui, sans que cette réactivité ne soit associée à un usage plus important des écrans pour le calmer. Cela suggère que l'usage des écrans pour calmer l'enfant constituerait le point de départ des enjeux liés à sa

⁴⁰ Les données sont exclusivement disponibles en ligne au moment de publier cette synthèse de connaissances : statistique.quebec.ca/fr/produit/publication/utilisation-ecrans-tout-petits-environ-un-an-et-demi-et-leurs-parents

réactivité. Le constat vaut pour les garçons et pour les enfants qui n'ont pas, à la base, un tempérament réactif, mais il n'est pas observé chez les filles et les enfants au tempérament plus réactif (46).

Les parents perçoivent ou anticipent à la fois des conséquences positives et des conséquences négatives de l'usage des écrans par leur enfant. **Les conséquences négatives qui ressortent du plus grand nombre d'études sont la baisse des interactions, les problèmes visuels et la dépendance.** Ces constats sont cohérents avec ceux qui sont mis en évidence dans une revue systématique d'études qualitatives portant sur les parents d'enfants de 0 à 12 ans (47). En ce qui concerne les conséquences positives perçues ou anticipées, **le fait que l'usage des écrans permette potentiellement de développer des habiletés numériques utiles dans la vie future est celle qui ressort du plus grand nombre d'études, avec le divertissement.** Ces perceptions sont également nommées comme étant importantes dans la revue précitée (47).

Quelques études laissent penser que les parents ne prennent pas toujours une décision planifiée quant à l'usage des écrans. Ils pourraient notamment les fournir à leur enfant sans l'avoir prévu quand ils se sentent fatigués. La revue systématique d'études qualitatives mentionnée précédemment fait également ressortir que les parents utilisent largement les écrans pour leur enfant afin de soulager une fatigue liée aux obligations familiales (47).

Les études montrent que les parents ressentent des inquiétudes par rapport aux conséquences négatives de l'usage des écrans de leur enfant, et se sentent aussi souvent coupables lorsqu'ils laissent leur enfant utiliser des écrans plus longtemps que prévu ou comme « gardienne ». En ce sens, une étude américaine conceptualise justement le sentiment de culpabilité parental au regard des écrans, et fait ressortir une association entre ce sentiment et, d'une part, l'augmentation du stress parental et, d'autre part, une diminution de la satisfaction par rapport à la relation parent-enfant. Selon les auteurs, ces constats mettent en évidence l'importance de réfléchir aux messages transmis aux parents pour éviter de les faire se sentir coupables (48). Mallawaarachchi et collaborateurs vont dans le même sens en suggérant de déboulonner certains mythes auprès des parents afin que leurs décisions au regard de l'usage des écrans de leur enfant ne se basent pas sur la peur et la culpabilité (35).

Les parents se rendent compte que les appareils technologiques prennent une place majeure dans leur environnement physique; les technologies mobiles sont souvent à portée de main, et la télévision est parfois ouverte en arrière-plan. Cette perception des parents semble refléter la réalité québécoise : en 2022-2023, la télévision restait un appareil présent dans les foyers, qui était largement utilisé par les jeunes enfants; durant cette période, 44 % des enfants de 17 mois regardaient la télévision sur une base quotidienne. En outre, près d'un enfant sur cinq utilisait quotidiennement un téléphone cellulaire. À titre comparatif, seulement 3,4 % des

enfants de cet âge utilisaient quotidiennement une tablette ou un autre appareil mobile muni d'un écran tous les jours⁴¹.

Les parents remarquent des attitudes différentes à l'égard de l'usage des écrans entre eux et leurs amis, des membres de leur famille ou d'autres parents d'enfants du même âge, et disent que cela les influence, même s'ils disent faire leurs propres choix, ultimement.

Une étude australienne menée auprès de parents d'enfants de 2 à 5 ans (n = 207) soutient aussi que la vision du conjoint et des amis est associée à la prise de décision du parent au regard de l'usage des écrans de l'enfant (23). Par ailleurs, les parents se disent influencés par le regard des autres ou la comparaison aux autres quand il s'agit de : 1) gérer le comportement de leur enfant en public; 2) faire en sorte que leur enfant soit inclus dans un groupe; et 3) ne soit pas en retard dans ses habiletés numériques. Les parents perçoivent l'usage des écrans comme la norme dans la société actuelle. Ce dernier constat ressort aussi de la revue systématique d'études qualitatives mentionnée précédemment, selon laquelle les parents jugent que l'usage des écrans fait partie du quotidien, et est incontournable dans notre monde moderne (47).

La majorité des parents se perçoivent comme étant suffisamment informés sur l'usage des écrans, mais il n'en demeure pas moins qu'une proportion non négligeable de parents pourrait ne pas connaître l'existence et le contenu précis des recommandations relatives à l'usage des écrans de 0 à 5 ans en vigueur dans leur pays. Une étude réalisée dans plusieurs pays d'Europe appuie ce constat (n = 4836) : environ un parent d'enfant de 3,5 à 5,5 ans sur trois ne sait pas qu'il est recommandé de réduire l'utilisation des écrans à moins d'une heure par jour chez les enfants de 2 à 5 ans, ce qui constitue une proportion non négligeable (22).

Par ailleurs, il **y a souvent un écart entre ce que les parents souhaitent comme régulation de l'usage des écrans pour leur enfant et ce qu'ils mettent réellement en pratique.**

Les parents ne se sentent pas toujours capables de réguler l'usage et mentionnent différents obstacles, particulièrement la réalité de la parentalité, qui implique de nombreuses responsabilités et obligations. Le sentiment d'être débordé dans son rôle parental ressort d'ailleurs de données québécoises : en 2022, 61 % des parents d'enfants de 0 à 17 ans mentionnaient que prendre soin de leur enfant leur demandait parfois plus de temps et d'énergie qu'ils en avaient à donner (49). La difficulté à encadrer l'usage des écrans de son enfant ressort de la même enquête : en 2022, 26 % des parents d'enfants de 0 à 5 ans trouvaient plutôt difficile ou très difficile de gérer l'utilisation des écrans de leur enfant. De plus, 8 % des parents d'enfants de 0 à 5 ans étaient assez ou tout à fait en accord avec l'énoncé : « Je me sens dépassé par les écrans ou les applications qu'utilise mon enfant » (49).

⁴¹ Les données sont exclusivement disponibles en ligne au moment de publier cette synthèse de connaissances : statistique.quebec.ca/fr/produit/publication/utilisation-ecrans-tout-petits-environ-un-an-et-demi-et-leurs-parents

4.1.2 Des perceptions parentales associées à l'usage des écrans chez enfant

Les constats sur les perceptions sont d'autant plus pertinents que plusieurs perceptions identifiées dans les études recensées sont associées à l'usage des écrans qu'autorisent les parents. Même si peu d'études renseignent sur la directionnalité des associations (ex. : se sentir peu efficace pour réguler l'usage des écrans de l'enfant amène à permettre une durée d'usage plus élevée ou une durée d'usage élevée amène à se sentir peu efficace), ces associations incitent à considérer les perceptions des parents parmi tous les déterminants de l'usage des écrans des tout-petits au moment de réfléchir aux pistes d'actions pour réguler cet usage.

Les raisons pour lesquelles les parents laissent leur enfant utiliser un écran pourraient être associées à un temps d'écran plus ou moins élevé chez le tout-petit. Dans une étude canadienne réalisée auprès de parents d'enfants de 18 mois à 5 ans (n = 63), le fait d'utiliser les écrans pour contrôler le comportement de l'enfant est associé à un temps d'écran plus élevé du tout-petit (50). Une étude américaine réalisée auprès de parents d'enfants âgés de moins de trois ans va dans le même sens : le fait, pour les parents, d'avoir des raisons non éducatives de laisser un écran à l'enfant (ex. : lui faire plaisir, l'aider à relaxer, le récompenser ou l'occuper pendant que le parent fait autre chose) est associé à un temps d'écran plus élevé de l'enfant (21).

En ce qui concerne les perceptions des conséquences de l'usage des écrans du tout-petit, une étude australienne menée auprès de parents d'enfants de 2 à 5 ans (n = 575) fait ressortir que la **perception de conséquences négatives sur le bien-être cognitif et social** (et non sur le bien-être physique) **est associée à la perception du temps d'écran convenable pour l'enfant; cette perception est à son tour associée au temps d'écran quotidien de l'enfant** (51).

À l'inverse, une étude suisse réalisée auprès de parents d'enfants de moins de trois ans (n = 462) montre que des croyances parentales positives au regard de l'usage des écrans (p. ex., « Les enfants doivent apprendre à utiliser les appareils numériques le plus tôt possible. ») sont associées à un temps d'écran plus élevé de l'enfant (20).

Les parents perçoivent aussi que les appareils numériques sont omniprésents dans leur environnement, ce qui semble refléter fidèlement la réalité québécoise, comme mentionné précédemment. Certains parents pointent cette omniprésence comme un obstacle à la régulation qu'ils peuvent faire de l'usage. **Bien qu'il ne s'agisse pas que d'une perception, mais aussi d'une réalité des familles, il apparaît pertinent de souligner ici qu'un accès plus grand aux appareils dans le milieu familial pourrait être associé à un temps d'écran plus élevé.** Par exemple, une étude canadienne menée auprès de parents d'enfants de 18 mois (n = 257) fait ressortir que laisser un appareil électronique dans la chambre de l'enfant est associé à un temps d'écran plus élevé pour lui (52). Une étude réalisée aux Pays-Bas auprès de parents d'enfants de cinq ans (n = 3067) montre aussi que le nombre de télévisions et d'ordinateurs ou de consoles de jeu dans la maison est associé au temps d'écran de l'enfant (53).

Les parents perçoivent également leurs habitudes d'usage des écrans comme un obstacle à la régulation de l'usage des écrans de leur jeune enfant. **Encore une fois, bien qu'il ne s'agisse pas que d'une perception, mais aussi d'une réalité, il est intéressant de noter que les habitudes d'usage des parents eux-mêmes sont en effet associées au temps d'écran de l'enfant.** Une étude canadienne fait ressortir qu'un profil d'usage des écrans important des parents (l'ordinateur pour le travail exclu) est associé à un temps d'écran de l'enfant plus élevé. Une étude française menée auprès de parents d'enfants de deux ans ($n = 13\,117$) fait également ressortir que, plus le temps d'écran des parents est élevé, moins ils sont susceptibles de respecter la recommandation d'éviter l'usage des écrans pour leur enfant (54). Ainsi, la présence d'appareils dans la maison et les habitudes d'usage des parents augmenteraient les occasions pour l'enfant d'utiliser des écrans, et par le fait même, la durée d'usage; ces deux obstacles seraient donc non seulement perçus par les parents, mais bien réels.

Une majorité de parents semblent se percevoir comme suffisamment informés sur l'usage des écrans, mais leur connaissance réelle de l'existence et du contenu des recommandations pourrait varier. **Même s'il s'agit d'une réalité et non d'une perception des parents, il est pertinent de noter à ce sujet que l'absence de connaissance de l'existence de recommandations du parent pourrait être associée à un temps d'écran plus élevé.** Plus précisément, dans l'étude de Lammers et collaborateurs qui a été recensée pour la présente synthèse de connaissances, la proportion des mères qui exposent leur enfant aux écrans avant deux ans est plus importante chez celles qui ne connaissent pas l'existence de recommandations que chez celles qui les connaissent (42).

Par ailleurs, **pour les parents, se sentir capables de réguler l'usage des écrans de leur enfant pourrait être associé à une meilleure régulation de cet usage.** À ce sujet, une étude américaine ($n = 312$) réalisée auprès de mères d'origine mexicaine ayant des enfants de 0 à 5 ans fait ressortir une association positive entre le sentiment d'efficacité des mères à réduire le temps de visionnement de la télévision et la restriction réelle du temps de visionnement (55). Une revue systématique récente recensant 52 études et s'intéressant aux divers déterminants de l'usage des écrans de 0 à 5 ans va dans le même sens, en faisant ressortir une association entre le sentiment d'efficacité du parent à limiter le temps d'écran et une durée d'usage moins importante (19). Cette association est aussi appuyée par une autre revue systématique un peu moins récente, qui recense 30 études (56). En somme, il est possible que les parents se sentant efficaces à réguler l'usage des écrans de leur enfant le fassent davantage, tout comme il est possible que les parents parvenant à réguler l'usage des écrans de l'enfant développent un sentiment d'efficacité au regard de cette régulation. Les deux aspects pourraient s'influencer.

4.1.3 Des perceptions parentales à considérer dans l'élaboration de pistes d'actions pour favoriser de saines habitudes de vie au regard des écrans de 0 à 5 ans

À la lumière de leurs constats sur les perceptions des parents d'enfants de 0 à 5 ans, les auteurs des études retenues avancent des pistes d'actions. Plusieurs auteurs suggèrent d'offrir de l'éducation ou de la formation aux parents (28–31,34,36–38,40,42,44). À ce sujet, une revue systématique récente, incluant une méta-analyse, se penche sur des interventions destinées aux enfants et aux jeunes de 0 à 18 ans, et à leurs parents, qui ont pour but de changer les comportements d'usage des écrans. Les interventions comprennent, le plus souvent, la transmission d'informations sur l'usage des écrans et du soutien social pour changer les comportements, donc à la fois de l'éducation et de la formation. L'étude fait ressortir un effet de petite taille des interventions sur la diminution du temps d'écran, ce qui laisse supposer que des interventions reposant sur l'éducation et la formation pourraient être efficaces, mais modestement, pour réduire le temps d'écran des enfants (57). Dans le même sens, des auteurs d'une revue narrative de la littérature sur l'usage des écrans de 0 à 5 ans mentionnent que la transmission de connaissances aux parents semble importante, mais non suffisante (11).

Dans une perspective de santé publique, il apparaît important de dépasser l'éducation et la formation aux parents, et d'envisager aussi de rendre les environnements des familles favorables à un usage équilibré des écrans. Les constats réalisés dans le cadre de cette synthèse appuient l'importance d'agir sur les environnements. En effet, les parents affirment se sentir débordés et utiliser les écrans pour occuper leur enfant pendant qu'ils répondent à leurs obligations familiales. Le quotidien de la parentalité est d'ailleurs l'obstacle à la régulation de l'usage des écrans mentionné dans le plus grand nombre d'études. En ce sens, plus d'études sont nécessaires pour savoir si des mesures comme celles liées à conciliation travail-famille ou certaines politiques sociales pourraient permettre aux parents de réguler plus facilement l'usage des écrans de leur enfant, tout en leur offrant plus d'occasions d'interactions parents-enfants.

Par ailleurs, les parents perçoivent une omniprésence des appareils numériques et se disent également influencés par la norme sociale, qui serait globalement favorable à l'usage des écrans par les jeunes enfants. L'omniprésence et l'attractivité des écrans sont d'ailleurs nommées dans certaines études comme un obstacle à la régulation de l'usage des écrans de l'enfant. Dans cette optique, des actions non seulement sur les environnements, mais sur les appareils eux-mêmes seraient à explorer. Des études s'inscrivant dans le champ d'études des déterminants commerciaux de la santé, qui s'intéresseraient aux facteurs associés aux pratiques commerciales des concepteurs des appareils numériques et de leur contenu, pourraient permettre d'explorer les cibles d'actions pertinentes (58).

4.2 Forces et limites de cette synthèse

Cette synthèse de connaissances comporte plusieurs forces. D'abord, la synthèse s'appuie sur un bon nombre d'études aux devis quantitatifs descriptifs et aux devis qualitatifs, dont les données se complètent de manière pertinente. En effet, les données quantitatives donnent une idée de l'ampleur de certains enjeux, alors que les données qualitatives permettent une compréhension fine et contextualisée des enjeux. Le fait d'avoir inclus des études issues de différents domaines, notamment la communication, l'éducation et la santé publique, a aussi permis d'adopter un regard multidisciplinaire sur la question. De manière générale, le fait que les données convergent peu importe le devis et le domaine d'études apporte une robustesse aux constats. Par ailleurs, le fait que plusieurs études soient de qualité élevée soutient également cette robustesse.

Cette synthèse de connaissances comporte aussi certaines limites qui doivent être prises en compte lors de l'interprétation des résultats. D'abord, la sélection des articles et l'analyse de la qualité méthodologique ont été réalisées par une seule personne. Une conseillère scientifique s'est tout de même prononcée sur une partie de la sélection, et un conseiller scientifique, sur une partie de l'analyse de la qualité. Par ailleurs, une définition des perceptions et une façon de les analyser en trois catégories qui collait à la littérature sélectionnée ont été arrêtées dans le cadre de la synthèse de connaissances, mais il aurait été possible de conceptualiser les perceptions de plusieurs autres façons.

Certaines limites sont liées aux études recensées. La limite la plus importante est qu'aucune d'entre elles n'est basée sur un échantillon représentatif de la population étudiée. Dans les études quantitatives, les échantillons sont de convenance. Par ailleurs, aucune étude canadienne ne correspondait aux critères de sélection; il faut donc garder en tête que les constats ont été tirés de réalités socioculturelles différentes de celle qui prévaut au pays. Il est toutefois intéressant de rappeler ici que plusieurs résultats convergent, ce qui laisse envisager une réalité qui dépasse les frontières et les différences entre les populations.

La réalité mise en évidence est celle des parents d'enfants ne présentant pas de difficultés de développement identifiées ou diagnostiquées, puisqu'il s'agissait d'un critère d'exclusion des études; la réalité pourrait différer pour les parents d'enfants présentant des difficultés. Il importe aussi de préciser que certaines données ont été collectées pendant la pandémie, ce qui peut avoir teinté les perceptions des parents. Enfin, les différences socioculturelles des participants n'ont pas non plus été considérées.

5 CONCLUSION

Les parents ont diverses perceptions à l'égard de l'usage des écrans de leur enfant de 0 à 5 ans. De manière globale, ils identifient plusieurs obstacles à la régulation de cet usage, dont les obligations familiales. Celles-ci semblent aussi constituer une raison d'usage fréquente : ils autorisent l'usage des écrans à l'enfant pour l'occuper pendant qu'ils font autre chose. Les parents trouvent également la régulation difficile en raison de l'omniprésence et de l'attractivité des écrans, ainsi que des normes sociales qu'ils jugent globalement favorables à l'usage des écrans en bas âge. Tous les enjeux entourant l'usage des écrans de leur enfant sont susceptibles d'amener des inquiétudes et de la culpabilité aux parents. Il n'en demeure pas moins qu'ils ne voient pas exclusivement des conséquences négatives aux écrans : ils y trouvent aussi des conséquences positives, comme le divertissement et l'apprentissage.

Plusieurs perceptions des parents sur l'usage des écrans de leur enfant sont associées à la durée de cet usage : elles constituent un déterminant de l'usage des écrans des jeunes enfants lié au milieu familial. La présence des appareils numériques au domicile, l'usage même des parents, et leur connaissance des recommandations constituent d'autres déterminants de l'usage en lien avec le milieu familial. Bien entendu, il existe plusieurs autres déterminants qui dépassent ce milieu (58). Dans une perspective de santé publique, il apparaît essentiel de s'intéresser à l'ensemble des déterminants pour identifier des pistes d'action porteuses. Les constats sur les perceptions des parents viennent justement soutenir l'importance d'agir aussi sur les environnements des parents et sur les appareils numériques, ainsi que leur contenu, les parents affirmant vivre des difficultés en lien avec la régulation de l'usage des écrans de leur enfant, et se sentant souvent peu efficaces au regard de cette régulation. La responsabilité de la régulation de l'usage des écrans gagne, de façon évidente, à être partagée. Dans un mémoire déposé à la Commission spéciale sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes à l'automne 2024, l'INSPQ soutient d'ailleurs l'importance de « réfléchir à des solutions qui ne ciblent pas uniquement les jeunes ou les parents, mais qui reposent sur la responsabilité partagée et la cohérence d'action de la part de tous les acteurs concernés ». Des recherches sur les pistes d'actions liées à divers déterminants de l'usage des écrans de l'enfant, et tenant compte de l'expérience des parents apparaissent essentielles.

RÉFÉRENCES

1. Auger A, Groleau A. Enquête québécoise sur le parcours préscolaire des enfants de maternelle 2022 Rapport statistique. 2023.
2. Madigan S, Browne D, Racine N, Mori C, Tough S. Association Between Screen Time and Children's Performance on a Developmental Screening Test. *JAMA Pediatr.* 1 mars 2019;173(3):244.
3. Madigan S, McArthur BA, Anhorn C, Eirich R, Christakis DA. Associations Between Screen Use and Child Language Skills: A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA Pediatr.* 1 juill 2020;174(7):665.
4. Operto FF, Pastorino GMG, Marciano J, de Simone V, Volini AP, Olivieri M, *et al.* Digital Devices Use and Language Skills in Children between 8 and 36 Month. *Brain Sci.* 21 sept 2020;10(9):656.
5. Swider-Cios E, Vermeij A, Sitskoorn MM. Young children and screen-based media: The impact on cognitive and socioemotional development and the importance of parental mediation. *Cogn Dev.* avr 2023;66:101319.
6. Janssen X, Martin A, Hughes AR, Hill CM, Kotronoulas G, Hesketh KR. Associations of screen time, sedentary time and physical activity with sleep in under 5s: A systematic review and meta-analysis. *Sleep Med Rev.* févr 2020;49:101226.
7. Reus EJ, Mosley IT. The health and development correlates of screen media exposure in children 0-5yrs: an integrative literature review. *Aust J Child Fam Health Nurs.* 2018;15(2):12-21.
8. Fitzpatrick C, Pan PM, Lemieux A, Harvey E, Rocha F de A, Garon-Carrier G. Early-Childhood Tablet Use and Outbursts of Anger. *JAMA Pediatr* [Internet]. 12 août 2024 [cité 9 sept 2024]; Disponible sur: <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/2822089>
9. Tamana SK, Ezeugwu V, Chikuma J, Lefebvre DL, Azad MB, Moraes TJ, *et al.* Screen-time is associated with inattention problems in preschoolers: Results from the CHILD birth cohort study. Cerniglia L, éditeur. *PLOS ONE.* 17 avr 2019;14(4):e0213995.
10. Mallawaarachchi S, Burley J, Mavilidi M, Howard SJ, Straker L, Kervin L, *et al.* Early Childhood Screen Use Contexts and Cognitive and Psychosocial Outcomes: A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA Pediatr.* 1 oct 2024;178(10):1017.
11. Morawska A, Mitchell AE, Tooth LR. Managing Screen Use in the Under-Fives: Recommendations for Parenting Intervention Development. *Clin Child Fam Psychol Rev.* déc 2023;26(4):943-56.
12. Ponti M. Le temps d'écran et les enfants d'âge préscolaire: la promotion de la santé et du développement dans un monde numérique. *Paediatr Child Health.* 16 mai 2023;28(3):193-202.
13. McArthur BA, Volkova V, Tomopoulos S, Madigan S. Global Prevalence of Meeting Screen Time Guidelines Among Children 5 Years and Younger: A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA Pediatr.* 1 avr 2022;176(4):373.

14. Chaput JP, Colley RC, Aubert S, Carson V, Janssen I, Roberts KC, *et al.* Proportion of preschool-aged children meeting the Canadian 24-Hour Movement Guidelines and associations with adiposity: results from the Canadian Health Measures Survey. *BMC Public Health*. nov 2017;17(S5):829.
15. Kerai S, Almas A, Guhn M, Forer B, Oberle E. Screen time and developmental health: results from an early childhood study in Canada. *BMC Public Health*. déc 2022;22(1):310.
16. Enquête québécoise sur le parcours préscolaire des enfants de maternelle 2022: rapport statistique. Québec (Québec): Institut de la statistique du Québec; 2023.
17. Li C, Cheng G, Sha T, Cheng W, Yan Y. The Relationships between Screen Use and Health Indicators among Infants, Toddlers, and Preschoolers: A Meta-Analysis and Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*. 7 oct 2020;17(19):7324.
18. Barr R, Kirkorian H, Radesky J, Coyne S, Nichols D, Blanchfield O, *et al.* Beyond Screen Time: A Synergistic Approach to a More Comprehensive Assessment of Family Media Exposure During Early Childhood. *Front Psychol*. 10 juill 2020;11:1283.
19. Veldman SLC, Altenburg TM, Chinapaw MJM, Gubbels JS. Correlates of screen time in the early years (0–5 years): A systematic review. *Prev Med Rep*. juin 2023;33:102214.
20. Brauchli V, Sticca F, Edelsbrunner P, von Wyl A, Lannen P. Are screen media the new pacifiers? The role of parenting stress and parental attitudes for children's screen time in early childhood. *Comput Hum Behav*. mars 2024;152:108057.
21. Levine LE, Waite BM, Bowman LL, Kachinsky K. Mobile media use by infants and toddlers. *Comput Hum Behav*. mai 2019;94:92-9.
22. Miguel-Berges ML, Santaliestra-Pasias AM, Mouratidou T, Flores-Barrantes P, Androutsos O, Craemer MD, *et al.* Parental perceptions, attitudes and knowledge on European preschool children's total screen time: the ToyBox-study. *Eur J Public Health*. 9 sept 2019;ckz151.
23. Hamilton K, Spinks T, White KM, Kavanagh DJ, Walsh AM. A psychosocial analysis of parents' decisions for limiting their young child's screen time: An examination of attitudes, social norms and roles, and control perceptions. *Br J Health Psychol*. mai 2016;21(2):285-301.
24. Grant MJ, Booth A. A typology of reviews: an analysis of 14 review types and associated methodologies. *Health Inf Libr J*. juin 2009;26(2):91-108.
25. Michie S, Atkins L, West R. The behaviour change wheel: a guide to designing interventions. London: Silverback Publishing; 2014. 329 p.
26. Michie S, van Stralen MM, West R. The behaviour change wheel: A new method for characterising and designing behaviour change interventions. *Implement Sci*. déc 2011;6(1):42.
27. Hong QN, Pluye P, Fàbregues S, Bartlett G, Bordman F, Cargo M, *et al.* Mixed Methods Appraisal Tool (MMAT) version française - Outil d'évaluation de la qualité méthodologique des études incluses dans une revue mixte: Maniel pour les usagers. Département de médecine de famille de l'Université McGill; 2018.

28. Ko Y, Park S. Impacts of problematic smartphone use on children: Perspectives from main caregivers. *Arch Psychiatr Nurs.* oct 2023;46:59-64.
29. Ko Y, Park S. Analyzing the Caregivers' behavioral patterns in managing their young Children's smartphone use in South Korea. *J Pediatr Nurs.* sept 2023;72:84-91.
30. Başar T, Elyildirim E. The Role of Multimedia in Concept Learning from the Parents' Perspective. *J Learn Teach Digit Age.* 2022;7(1):16-29.
31. Buldu M. The investigation of screen-viewing on young children: Before and during the Covid-19 pandemic. *Afr Educ Res J.* 18 déc 2020;8(4):906-17.
32. Golden SL, Blake JWC, Giuliano KK. Parental decision-making: infant engagement with smartphones. *Infant Behav Dev.* nov 2020;61:101497.
33. Hood R, Zabatiero J, Silva D, Zubrick SR, Straker L. *"It helps and it doesn't help"*: maternal perspectives on how the use of smartphones and tablet computers influences parent-infant attachment. *Ergonomics.* févr 2024;67(2):148-67.
34. Joseph ED, Kracht CL, St. Romain J, Allen AT, Barbaree C, Martin CK, *et al.* Young Children's Screen Time and Physical Activity: Perspectives of Parents and Early Care and Education Center Providers. *Glob Pediatr Health.* janv 2019;6:2333794X19865856.
35. Mallawaarachchi SR, Hooley M, Sutherland-Smith W, Horwood S. "You're damned if you do, you're damned if you don't": a qualitative exploration of parent motives for provision of mobile screen devices in early childhood. *BMC Public Health.* 2 nov 2022;22(1):2011.
36. Mekhaill KT, Blom L, Rydstrom LL. Young children's screen habits and first-time parents' reflections on screen use in socioeconomically disadvantaged Swedish settings: a mixed methods study. *BMC Public Health.* 2024;24(1):2027.
37. Neumann MM, Merchant G, Burnett C. Young children and tablets: the views of parents and teachers. *Early Child Dev Care.* 17 août 2020;190(11):1750-61.
38. Covolo L, Zaniboni D, Roncali J, Mapelli V, Ceretti E, Gelatti U. Parents and Mobile Devices, from Theory to Practice: Comparison between Perception and Attitudes to 0–5 Year Old Children's Use. *Int J Environ Res Public Health.* 26 mars 2021;18(7):3440.
39. Dardanou M, Unstad T, Brito R, Dias P, Fotakopoulou O, Sakata Y, *et al.* Use of touchscreen technology by 0–3-year-old children: Parents' practices and perspectives in Norway, Portugal and Japan. *J Early Child Lit.* sept 2020;20(3):551-73.
40. Konok V, Bunford N, Miklósi Á. Associations between child mobile use and digital parenting style in Hungarian families. *J Child Media.* 2 janv 2020;14(1):91-109.
41. Kulakci-Altintas H. Technological Device Use Among 0–3 Year Old Children and Attitudes and Behaviors of Their Parents Towards Technological Devices. *J Child Fam Stud.* janv 2020;29(1):55-61.

42. Lammers SM, Woods RJ, Brotherson SE, Deal JE, Platt CA. Explaining Adherence to American Academy of Pediatrics Screen Time Recommendations With Caregiver Awareness and Parental Motivation Factors: Mixed Methods Study. *JMIR Pediatr Parent*. 2022;5(2):e29102.
43. Reddan K, Morawska A, Mitchell AE. Parent-reported barriers to establishing healthy screen use habits with young Australian children: a cross-sectional study. *J Child Young Peoples Health* [Internet]. avr 2022 [cité 17 févr 2025];3(1). Disponible sur: <https://journals.cambridge.org.au/jcyp/volume-3-number-1/parent-reported-barriers-establishing-healthy-screen-use-habits-young-australian-children-cross-sectional-study>
44. Vincent V, Blot N. Screens for infants and preschool children: Assessment of medical prevention with parents and assessment of exposure. *Arch Pédiatrie*. nov 2021;28(8):632-7.
45. Bandura A. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychol Rev*. 1977;84(2):191-215.
46. Radesky JS, Kaciroti N, Weeks HM, Schaller A, Miller AL. Longitudinal Associations Between Use of Mobile Devices for Calming and Emotional Reactivity and Executive Functioning in Children Aged 3 to 5 Years. *JAMA Pediatr*. 1 janv 2023;177(1):62.
47. Chong SC, Teo WZ, Shorey S. Exploring the perception of parents on children's screentime: a systematic review and meta-synthesis of qualitative studies. *Pediatr Res*. sept 2023;94(3):915-25.
48. Wolfers LN, Nabi RL, Walter N. Too Much Screen Time or Too Much Guilt? How Child Screen Time and Parental Screen Guilt Affect Parental Stress and Relationship Satisfaction. *Media Psychol*. 2 janv 2025;28(1):102-33.
49. Lavoie A, Auger A. Être parent au Québec en 2022: Un portrait à partir de l'Enquête québécoise sur la parentalité 2022. Institut de la statistique du Québec; 2023.
50. Tang L, Darlington G, Ma DWL, Haines J. Mothers' and fathers' media parenting practices associated with young children's screen-time: a cross-sectional study. *BMC Obes*. déc 2018;5(1):37.
51. Hinkley T, Carson V, Kalomakefu K, Brown H. What mums think matters: A mediating model of maternal perceptions of the impact of screen time on preschoolers' actual screen time. *Prev Med Rep*. juin 2017;6:339-45.
52. Lee EY, Hesketh KD, Rhodes RE, Rinaldi CM, Spence JC, Carson V. Role of parental and environmental characteristics in toddlers' physical activity and screen time: Bayesian analysis of structural equation models. *Int J Behav Nutr Phys Act*. déc 2018;15(1):17.
53. Veldhuis L, van Grieken A, Renders CM, HiraSing RA, Raat H. Parenting Style, the Home Environment, and Screen Time of 5-Year-Old Children; The 'Be Active, Eat Right' Study. Allen P, éditeur. *PLoS ONE*. 12 févr 2014;9(2):e88486.

54. Poncet L, Saïd M, Gassama M, Dufourg MN, Müller-Riemenschneider F, Lioret S, *et al.* Sociodemographic and behavioural factors of adherence to the no-screen guideline for toddlers among parents from the French nationwide Elfe birth cohort. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 12 août 2022;19(1):104.
55. Thompson DA, Schmiede SJ, Johnson SL, Vandewater EA, Boles RE, Zambrana RE, *et al.* Screen-Related Parenting Practices in Low-Income Mexican American Families. *Acad Pediatr.* sept 2018;18(7):820-7.
56. Xu H, Wen LM, Rissel C. Associations of Parental Influences with Physical Activity and Screen Time among Young Children: A Systematic Review. *J Obes.* 2015;2015:1-23.
57. Jones A, Armstrong B, Weaver RG, Parker H, von Klinggraeff L, Beets MW. Identifying effective intervention strategies to reduce children's screen time: a systematic review and meta-analysis. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 16 sept 2021;18(1):126.
58. Gilmore AB, Fabbri A, Baum F, Bertscher A, Bondy K, Chang HJ, *et al.* Defining and conceptualising the commercial determinants of health. *The Lancet.* avr 2023;401(10383):1194-213.
59. Lauricella AR, Wartella E, Rideout VJ. Young children's screen time: The complex role of parent and child factors. *J Appl Dev Psychol.* janv 2015;36:11-7.
60. Académie de la transformation numérique. NETendances 2022 - La famille numérique. 2022.

ANNEXE 1 STRATÉGIE DE RECHERCHE DOCUMENTAIRE

Stratégie de recherche pour Medline (Ovid)

Interrogée le 2024-09-04

#	Requête	Résultats
1	Video Games/ or exp Computers/ or Virtual Reality/ or Television/ or Internet/ or (((device* or media* or game* or technology or medium or reality) adj1 (electronic or digital or mobile or handheld or household or wireless or smart or virtual or computer or online or interactive)) or (phone adj1 (smart or cell or cellular or mobile)) or "game console*" or videogame* or "handheld computer*" or smartwatch* or touchscreen* or iPads or tablet* or "online environment" or pc or internet or "intelligent agent" or "virtual reality" or "video chat" or television* or tv or e-book* or smartphone* or laptop* or "smart speaker*" or dvr or screen).ti,kf.	293 248
2	Screen Time/ or "Internet Use"/ or (usage or uses or "use" or expos* or practice* or view* or watching or behavio?r* or time or activit*).ti,kf.	3 057 155
3	1 and 2 [Concept 1 : Exposition aux écrans]	50 328
4	exp Parents/ or (mother* or father* or parent* or famil* or "primary caregiver*").ti,kf.	575 856
5	Attitude/ or px.fs. or (reason* or belief* or perception* or motiv* or attitude* or perspective* or opinion* or thought* or viewpoint* or feeling* or judgment* or knowledge* or "point of view" or ground* or rationale or self-interest).ti,kf.	1 813 772
6	4 and 5 [Concept 2 : Perception des parents]	142 615
7	Child/ or "Child, Preschool"/ or ("early childhood" or child* or toddler? or infant or preschool* or pre-school* or "young children" or infancy or baby or babies or infan* or boy? or girl? or kindergarten* or first-grader*).ti,kf. [Concept 3 : Petite enfance]	2 694 650
8	3 and 6 and 7	699
9	8 and (english or french).lg.	683
10	..l/ 9 yr=2014-3000	526

Stratégie de recherche pour Embase (Ovid)

Interrogée le 2024-09-04

#	Requête	Résultats
1	Video Game/ or exp Computer/ or Virtual Reality/ or Television/ or Internet/ or (((device* or media* or game* or technology or medium or reality) adj1 (electronic or digital or mobile or handheld or household or wireless or smart or virtual or computer or online or interactive)) or (phone adj1 (smart or cell or cellular or mobile)) or "game console*" or videogame* or "handheld computer*" or smartwatch* or touchscreen* or iPads or tablet* or "online environment" or pc or internet or "intelligent agent" or "virtual reality" or "video chat" or television* or tv or e-book* or smartphone* or laptop* or "smart speaker*" or dvr or screen).ti,kf.	463 345
2	Screen Time/ or "Internet Use"/ or (usage or uses or "use" or expos* or practice* or view* or watching or behavio?r* or time or activit*).ti,kf.	3 507 709
3	1 and 2	74 806
4	exp Parent/ or (mother* or father* or parent* or famil* or "primary caregiver").ti,kf.	762 316
5	Attitude/ or (reason* or belief* or perception* or motiv* or attitude* or perspective* or opinion* or thought* or viewpoint* or feeling* or judgment* or knowledge* or "point of view" or ground* or rationale or self-interest).ti,kf.	830 637
6	4 and 5	46 153
7	Child/ or Preschool Child/ or ("early childhood" or child* or toddler? or infant or preschool* or pre-school* or "young children" or infancy or baby or babies or infan* or boy? or girl? or kindergarten* or first-grader*).ti,kf.	2 892 420
8	3 and 6 and 7	294
9	8 and (english or french).lg.	290
10	..l/ 9 yr=2014-3000	234

Stratégie de recherche pour Global Health (Ovid)

Interrogée le 2024-09-04

#	Requête	Résultats
1	Video Games/ or exp Computers/ or Television/ or Internet/ or (((device* or media* or game* or technology or medium or reality) adj1 (electronic or digital or mobile or handheld or household or wireless or smart or virtual or computer or online or interactive)) or (phone adj1 (smart or cell or cellular or mobile)) or "game console*" or videogame* or "handheld computer*" or smartwatch* or touchscreen* or iPads or tablet* or "online environment" or pc or internet or "intelligent agent" or "virtual reality" or "video chat" or television* or tv or e-book* or smartphone* or laptop* or "smart speaker*" or dvr or screen).ti,id.	31 169
2	Screen Time/ or (usage or uses or "use" or expos* or practice* or view* or watching or behavior* or time or activit*).ti,id.	601 413
3	1 and 2	10 121
4	exp Parents/ or (mother* or father* or parent* or famil* or "primary caregiver").ti,id.	114 223
5	Attitudes/ or (reason* or belief* or perception* or motiv* or attitude* or perspective* or opinion* or thought* or viewpoint* or feeling* or judgment* or knowledge* or "point of view" or ground* or rationale or self-interest).ti,id.	170 108
6	4 and 5	13 741
7	Children/ or Preschool Children/ or ("early childhood" or child* or toddler? or infant or preschool* or pre-school* or "young children" or infancy or baby or babies or infan* or boy? or girl? or kindergarten* or first-grader*).ti,id.	457 805
8	3 and 6 and 7	175
9	8 and (english or french).lg.	166
10	..l/ 9 yr=2014-3000	142

Stratégie de recherche pour PsycINFO (Ovid)

Interrogée le 2024-09-04

#	Requête	Résultats
1	Computer Games/ or exp Computers/ or Virtual Reality/ or Television/ or Internet/ or (((device* or media* or game* or technology or medium or reality) adj1 (electronic or digital or mobile or handheld or household or wireless or smart or virtual or computer or online or interactive)) or (phone adj1 (smart or cell or cellular or mobile)) or "game console*" or videogame* or "handheld computer*" or smartwatch* or touchscreen* or iPads or tablet* or "online environment" or pc or internet or "intelligent agent" or "virtual reality" or "video chat" or television* or tv or e-book* or smartphone* or laptop* or "smart speaker*" or dvr or screen).ti,id.	125 948
2	Screen Time/ or "Internet Usage"/ or (usage or uses or "use" or expos* or practice* or view* or watching or behavio?r* or time or activit*).ti,id.	1 153 831
3	1 and 2	38 181
4	exp Parents/ or (mother* or father* or parent* or famil* or "primary caregiver*).ti,id.	386 631
5	Attitudes/ or (reason* or belief* or perception* or motiv* or attitude* or perspective* or opinion* or thought* or viewpoint* or feeling* or judgment* or knowledge* or "point of view" or ground* or rationale or self-interest).ti,id.	741 734
6	4 and 5	58 222
7	Preschool Students/ or ("early childhood" or child* or toddler? or infant or preschool* or pre-school* or "young children" or infancy or baby or babies or infan* or boy? or girl? or kindergarten* or first-grader*).ti,id.	594 962
8	3 and 6 and 7	215
9	8 not (afrikaans or albanian or arabic or bulgarian or catalan or chinese or croatian or czech or danish or dutch or estonian or farsi iranian or finnish or georgian or german or greek or hebrew or hindi or hungarian or italian or japanese or korean or lithuanian or malaysian or norwegian or polish or portuguese or romanian or russian or serbian or serbo croatian or slovak or slovene or spanish or swedish or turkish or ukrainian or urdu).lg.	208
10	..l/ 9 yr=2014-3000	109

Stratégie de recherche pour CINAHL, ERIC, Psychology & Behavioral Sciences Collection, SocINDEX (EBSCO)

Interrogée le 2024-09-04

#	Requête	Résultats
S1	TI (((device* or media* or game* or technology or medium or reality) N0 (electronic or digital or mobile or handheld or household or wireless or smart or virtual or computer or online or interactive)) or (phone N0 (smart or cell or cellular or mobile)) or "game console*" or videogame* or "handheld computer*" or smartwatch* or touchscreen* or iPad or tablet* or "online environment" or pc or internet or "intelligent agent" or "virtual reality" or "video chat" or television* or tv or e-book* or smartphone* or laptop* or "smart speaker*" or dvr or screen) OR SU (((device* or media* or game* or technology or medium or reality) N0 (electronic or digital or mobile or handheld or household or wireless or smart or virtual or computer or online or interactive)) or (phone N0 (smart or cell or cellular or mobile)) or "game console*" or videogame* or "handheld computer*" or smartwatch* or touchscreen* or iPad or tablet* or "online environment" or pc or internet or "intelligent agent" or "virtual reality" or "video chat" or television* or tv or e-book* or smartphone* or laptop* or "smart speaker*" or dvr or screen) OR DE ("VIDEO games" or "Computers and Computerization" or Computers or "Virtual Reality" or "Computer Simulation" or Television or Internet)	308 933
S2	TI (usage or uses or "use" or expos* or practice* or view* or watching or behavio#r* or time or activit*) OR SU (usage or uses or "use" or expos* or practice* or view* or watching or behavio#r* or time or activit*) OR DE ("Screen Time")	3 179 283
S3	S1 AND S2	100 687
S4	TI (mother* or father* or parent* or famil* or "primary caregiver*") OR SU (mother* or father* or parent* or famil* or "primary caregiver*") OR DE (Parents)	899 683
S5	TI (reason* or belief* or perception* or motiv* or attitude* or perspective* or opinion* or thought* or viewpoint* or feeling* or judgment* or knowledge* or "point of view" or ground* or rationale or self-interest) OR SU (reason* or belief* or perception* or motiv* or attitude* or perspective* or opinion* or thought* or viewpoint* or feeling* or judgment* or knowledge* or "point of view" or ground* or rationale or self-interest) OR DE (Attitude or Attitudes or "ATTITUDE (Psychology)")	1 710 987
S6	S4 AND S5	201 667
S7	TI ("early childhood" or child* or toddler# or infant or preschool* or pre-school* or "young children" or infancy or baby or babies or infan* or boy# or girl# or kindergarten* or first-grader*) OR SU ("early childhood" or child* or toddler# or infant or preschool* or pre-school* or "young children" or infancy or baby or babies or infan* or boy# or girl# or kindergarten* or first-grader*) OR DE (Child or Children or "Preschool Children" or "Child, Preschool")	1 717 004
S8	S3 AND S6 AND S7	1 606
S9	S8 AND RV Y	1 364
S10	S9 AND (DT 2012-3000)	1 086
S11	S10 AND LA (english or french)	1 069

ANNEXE 2 CRITÈRES D'INCLUSION ET D'EXCLUSION DES ARTICLES

Critères d'inclusion et d'exclusion des articles

	Critères d'inclusion	Critères d'exclusion
Type d'étude	- Étude primaire qualitative - Étude primaire avec devis mixte - Étude primaire quantitative	Étude secondaire (ex. : revue systématique, examen de la portée)
Type de publication	- Article publié dans un journal scientifique révisé par les pairs - Article publié en français ou en anglais	- Article publié dans un journal scientifique non révisé par les pairs - Littérature grise - Article publié dans une autre langue que le français ou l'anglais
Date de publication	Article publié de 2019 à 2024, inclusivement⁴²	Article publié avant 2019
Lieu de l'étude	Pays membre de l'OCDE⁴³	Pays non membre de l'OCDE
Population	- Parents qui ont un enfant âgé de 0 à 5 ans - n = 100 et plus pour les devis quantitatifs et la portion quantitative des études mixtes	- Parents qui n'ont que des enfants de 6 ans et plus⁴⁴ - Sous-populations de parents ciblés explicitement dans l'objectif de recherche (ex. : parents immigrants, parents travaillant dans le domaine des technologies de l'information) - Parents d'enfants identifiés comme présentant des enjeux sur le plan de la santé ou du développement (ex. : autisme, trouble déficitaire de l'attention) - Autres donneurs de soins⁴⁵ - N < 100 pour les devis quantitatifs et la portion quantitative des études mixtes

⁴² Il a été choisi de se pencher sur une période relativement courte plutôt que sur une période étendue, parce que les technologies numériques et les usages qui en sont faits évoluent rapidement. À titre d'exemple, en 2015, l'intérêt des chercheurs pour les technologies autres que la télévision était émergent (59). Par ailleurs, le temps d'écran a augmenté rapidement dans les dernières années. Aucune donnée ne semble disponible pour les enfants de 0 à 5 ans, mais en 2022, 35% des jeunes âgés de 6 à 12 ans passaient en moyenne plus de 10 heures par semaine à naviguer sur Internet; il s'agissait d'une augmentation importante de 18 points de pourcentage depuis 2019 (60).

⁴³ Ce critère a été choisi afin que les données reflètent des réalités socioéconomiques relativement comparables à la réalité québécoise.

⁴⁴ Une étude dont l'échantillon compte des parents d'enfants de six ans et plus peut être incluse dans la mesure où les parents d'enfants de 0 à 5 ans forment au moins 50 % de l'échantillon ou que la moyenne d'âge des enfants est de moins de six ans. En l'absence de ces informations, l'étude est exclue si certains parents ont des enfants de six ans et plus ou si aucune précision n'est donnée sur l'âge des enfants (ex. enfants d'âge préscolaire sans autre précision).

⁴⁵ Les perceptions d'autres donneurs de soins peuvent avoir été investiguées, mais la population à l'étude doit être composée d'un minimum de 50 % de parents.

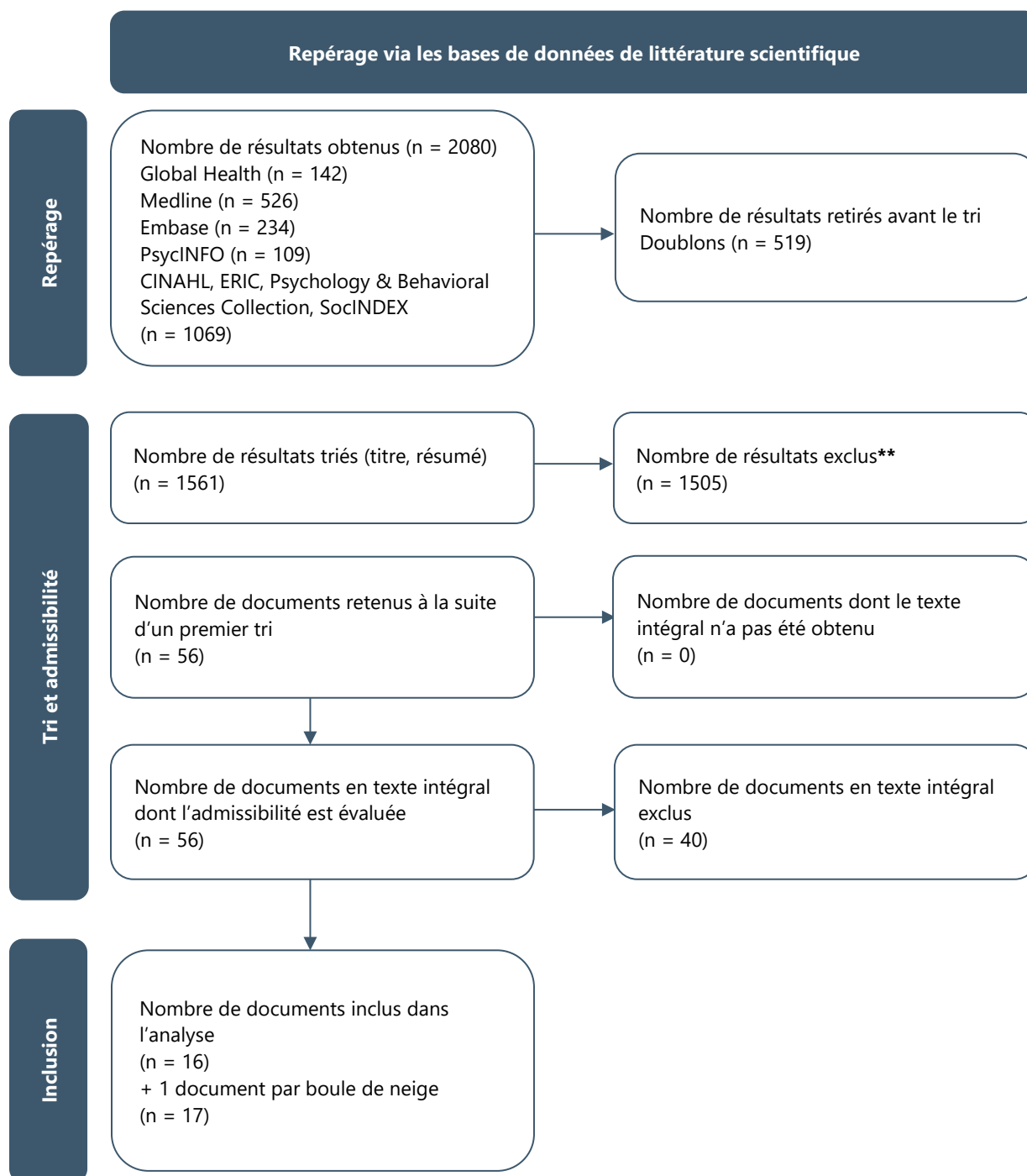
Critères d'inclusion et d'exclusion des articles (suite)

	Critères d'inclusion	Critères d'exclusion
Résultats	Résultats portant sur les perceptions des parents sur l'usage des écrans⁴⁶ de leur enfant de 0 à 5 ans qui sont issus d'un objectif ou d'une question de recherche sur le sujet	- Résultats ne comportant pas de données sur les perceptions des parents. - Résultats présentant des perceptions des parents sur l'usage des écrans de leur enfant sans que cela fasse l'objet de la question de recherche (données secondaires) (ex. : question de recherche exclusivement sur l'activité physique). - Résultats d'études utilisant un devis quantitatif portant exclusivement sur les associations entre les perceptions des parents et l'usage des écrans par l'enfant sans permettre de faire un portrait des perceptions des parents à l'étude (ex. : données sur une association entre une perception donnée et l'usage de l'enfant sans détail sur la prévalence de cette perception dans l'échantillon). - Résultats portant exclusivement sur les perceptions des parents sur leur propre usage en présence de leur enfant⁴⁷. - Résultats portant exclusivement sur les perceptions des parents sur les écrans dans le but de documenter l'usage des écrans pendant la pandémie de COVID-19 (ex. : comment les parents ont perçu l'augmentation du temps d'écran lié au confinement).

⁴⁶ Les écrans peuvent correspondre à un ensemble d'appareils ou à un appareil ciblé (ex. la tablette).

⁴⁷ Une étude portant à la fois sur l'usage des écrans des parents et des enfants est incluse dans la mesure où les données disponibles sur l'usage des enfants correspondent aux autres critères.

ANNEXE 3 SÉLECTION DES ARTICLES SUR LA BASE DU CADRE PRISMA



Traduit et adapté du *PRISMA 2020 flow diagram*

ANNEXE 4 ÉVALUATION DE LA QUALITÉ MÉTHODOLOGIQUE – GRILLE MMAT

Études qualitatives

	L'approche qualitative est-elle appropriée pour répondre à la question de recherche?	L'intégration des diverses composantes de l'étude a-t-elle été effectuée de manière à répondre à la question de recherche?	Les résultats émanent-ils adéquatement des données?	L'interprétation des résultats est-elle suffisamment étayée par les données?	Y a-t-il une cohérence entre les sources, la collecte, l'analyse et l'interprétation des données qualitatives?	Qualité
Basar et Elydirim, 2022	Oui	Oui	Oui	Non	Non	Moyenne (3)
Buldu <i>et al.</i>, 2020	Oui	Non	Non	Non	Non	Faible (1)
Golden <i>et al.</i>, 2020	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Élevé (5)
Hood <i>et al.</i>, 2024	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Élevé (5)
Joseph et coll., 2019	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Élevé (5)
Ko, 2023	Oui	Oui	Oui	Oui	Ne sait pas	Élevé (4)
Ko, 2023b	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Élevé (5)
Mallawaarachchi <i>et al.</i>, 2022	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Élevé (5)
Mekhail <i>et al.</i>, 2024	Oui	Oui	Oui	Oui	Ne sait pas	Élevé (4)
Neumann <i>et al.</i>, 2020	Oui	Non	Oui	Non	Oui	Moyenne (3)

Études quantitatives descriptives

	La stratégie d'échantillonnage est-elle pertinente pour répondre à la question de recherche?	L'échantillon est-il représentatif de la population cible?	Les mesures sont-elles appropriées?	Le risque de biais de non-réponse est-il faible?	L'analyse statistique est-elle appropriée pour répondre à la question de recherche?	Qualité
Covolo <i>et al.</i>, 2021	Oui	Non	Oui	Ne sait pas	Oui	Moyenne (3)
Dardanou <i>et al.</i>, 2020	Oui	Non	Oui	Ne sait pas	Non	Faible (2)
Konok <i>et al.</i>, 2020	Oui	Non	Oui	Oui	Oui	Élevé (4)
Kulacki <i>et al.</i>, 2020	Oui	Non	Oui	Oui	Oui	Élevé (4)
Lammers <i>et al.</i>, 2022	Oui	Non	Non	Non	Oui	Faible (2)
Reddan <i>et al.</i>, 2022	Oui	Non	Non	Oui	Oui	Moyenne (3)
Vincent et Blot, 2021	Oui	Non	Oui	Non	Oui	Moyenne (3)

Centre d'expertise et
de référence en santé publique

www.inspq.qc.ca

**Institut national
de santé publique**

Québec

