

FORTE HAUSSE DE L'UTILISATION PROBLÉMATIQUE OU À RISQUE DES ÉCRANS : PUBLICATION D'UN RAPPORT D'EXPERT·E·S

Communiqué de presse, Zürich, Lausanne, le 2 juillet 2024

Le GREAA et le Fachverband Sucht publient le dernier rapport de synthèse du Groupe d'expert·e·s (2021-2024) mandaté par l'Office fédéral de la santé publique pour sonder, documenter et évaluer les évolutions dans le domaine de l'utilisation de écrans. Ce document compile les observations des expert·e·s sur la prévention et l'accompagnement liés aux comportements en ligne, basées sur la littérature et les données épidémiologiques récentes en Suisse. Il formule des recommandations pour gérer les défis qui y sont liés en mettant l'accent sur les jeunes. Le terme « cyberaddiction » est remplacé par « utilisation problématique ou à risque des écrans ».

L'utilisation problématique ou à risque des écrans est en hausse. Selon l'Enquête suisse sur la santé (ESS) 2022, 6,8% de la population âgée de 15 ans et plus, soit environ 500'000 personnes, sont concernées, hommes et femmes confondus. En 2017, elle concernait 3,8% de la population. Les taux les plus élevés se trouvent chez les 15-24 ans (22,2%) et les 25-34 ans (11,7%), avec une prévalence plus élevée chez les femmes. Cette tendance s'est accentuée pendant la pandémie de COVID-19, une période marquée par des confinements et une utilisation accrue des médias numériques pour le travail et l'éducation. C'est pourquoi, bien que bien que la consommation d'écrans touche toutes les tranches d'âge, le rapport se concentre principalement sur les enfants et les adolescents, qui sont des groupes vulnérables.

DÉVELOPPEMENTS TECHNOLOGIQUES DYNAMIQUES

Les expert·e·s constatent que les marchés des jeux vidéo et des réseaux sociaux ont beaucoup évolué depuis le dernier rapport de synthèse en 2020. L'industrie des technologies numériques et de la communication utilise des mécanismes psychologiques (« addiction by design ») pour générer des revenus, notamment via les microtransactions et l'engagement continu des utilisateurs et utilisatrices. Les frontières entre les jeux vidéo et les jeux de hasard et d'argent s'estompent progressivement ; les applications de shopping sont « gamifiées ». Les expert·e·s notent une augmentation des problèmes liés à la pornographie et aux paris sportifs en ligne. Il est par conséquent nécessaire que les jeunes et moins jeunes soient accompagnés dans la gestion de ces offres numériques.

BESOIN D'ACTION ET RECOMMANDATIONS

Face à ces défis, les expert·e·s proposent des recommandations stratégiques pour aborder la question de la consommation problématique et à risque des écrans. Parmi les mesures suggérées :

- Soutenir le développement des prestations d'accompagnement (conseil et traitement) et encourager la formation des professionnels de santé
- Renforcement de la prévention structurelle par de nouvelles lois, par exemple sur les microtransactions, ou amélioration des lois existantes (loi sur les jeux d'argent), en particulier sur les microtransactions dans les jeux vidéo, sur la publicité ciblant les

jeunes et sur la transparence des données des fournisseurs.

- Soutien aux familles : proposer des ressources et supports aux parents pour les aider à gérer l'utilisation des médias numériques à domicile.
- Renforcement de l'éducation aux médias : sensibiliser à la conception des applications et des jeux vidéo visant à captiver et maintenir l'attention des utilisateurs. Encourager l'utilisation des aspects positifs et créatifs des technologies modernes. Intégrer l'éducation aux médias numériques dans les cursus scolaires pour sensibiliser les enfants aux risques et leur apprendre à naviguer sur Internet de manière sûre.
- Recherche continue : financer des études supplémentaires pour suivre les tendances de consommation et améliorer les stratégies d'intervention précoce.

CONTACT F: Célestine Perissinotto, Cheffe de projet GREA, 078 756 96 67
D: Cédric Stortz, Projektleiter Fachverband Sucht, 076 453 93 26