



Le Réseau Pédiatrique  
du Sud et Ouest Francilien

# La gazette du Réseau

NOVEMBRE 2018

## COORDINATION MÉDICALE

Hôpital Sud-Francilien - CORBEIL  
Dr Michèle GRANIER  
Présidente du réseau  
michele.granier@ch-sud-francilien.fr

Hôpital Antoine Bécélère - CLAMART  
Dr Véronique ZUPAN-SIMUNEK  
Médecin coordinateur du réseau  
vzupans@abc-aphp.fr

Hôpital L. Mourier - COLOMBES  
Dr Florence CHOLLEY-DELMAS  
Médecin référent  
florence.cholley-delmass@lmr-aphp.fr

Centre hospitalier de NEUILLY  
Dr Pierre GATEL  
Médecin référent  
pgatel@chcn.net

Dr Jean-Claude ROPERT  
Consultant  
roperjc@wanadoo.fr

## COORDINATION ADMINISTRATIVE

Marie BECHENNEC  
Secrétaire  
Tel : 01.46.01.76.91  
marie.bechennec@orange.fr

Laetitia BERTHONNEAU-CHOLET  
Assistante de direction  
Tel : 01.46.01.04.34  
lberthi@berthonneau@orange.fr

Laurence LELOUP-PAUL  
Coordinatrice administrative  
Responsable qualité  
Tel : 01.46.01.76.92  
laurence.leloup@wanadoo.fr

N° AGREMENT FMC : 100 477

## Editorial

*Dr Michèle Granier - Présidente du Réseau*

Depuis la création du réseau de suivi pédiatrique sud et ouest francilien (RPSOF) en 2005, **7564 enfants ont été inclus** avec toujours la même proportion de nouveau-nés prématurés d'environ 75%. Actuellement, 4561 enfants sont suivis dans le réseau. Malheureusement, le taux de suivi n'est que de 64 % à 2 ans et 40 % à 5 ans. Le réseau a donc décidé de recruter Mme Bechennec pour appeler les parents avant la visite de 4 mois et vérifier auprès des parents que la psychomotricité lorsqu'elle est souhaitée, est bien mise en place après l'accord du réseau.

Depuis deux ans, **tous les réseaux de suivi franciliens des nouveau-nés vulnérables utilisent le même dossier de suivi**. En cas de déménagement des familles, l'enfant garde le même dossier. En 2017, le suivi en IDF de 66 enfants a été confié au réseau PSOF.

Les professionnels paramédicaux, psychomotriciens et orthophonistes sont des partenaires actifs au sein de réseau. **En 2018, un partenariat avec les médecins scolaires est en cours d'élaboration**. Lors de la visite scolaire en grande section de maternelle ou en CP, les médecins scolaires sont volontaires pour participer au dépistage des difficultés des apprentissages des enfants suivis dans le réseau.

En 2018, **une réflexion a débuté sur la protection des données et le règlement général à mettre en place**. Le 25 mai 2018, le règlement européen est entré en application. De nombreuses formalités auprès de la CNIL disparaissent. En contrepartie, la responsabilité des organismes est renforcée. Ils doivent désormais assurer une protection optimale des données à chaque instant et être en mesure de la démontrer en documentant leur conformité. **Ces mesures s'appliquent au niveau des réseaux et devront être en conformité en 2019**.

## Le réseau lance début 2019 le PAPEV-Ortho

*Dr. Véronique Zupan-Simunek*

### SOMMAIRE

- ◆ Le réseau lance début 2019 le PAPEV-Ortho
- ◆ Conseils d'utilisation des tablettes
- ◆ Les enfants de 0 à 7 ans dans la société digitale
- ◆ Côté parents

Les enfants inclus dans le réseau sont, de part leurs circonstances de naissance, vulnérables dans leur développement et particulièrement au niveau du langage. **On évalue chez eux à 25% le taux de retard ou de trouble du langage**. Or le langage est essentiel pour communiquer, être socialement à l'aise, et faire de bons apprentissages à l'école.

**Le meilleur moyen d'éviter les troubles du langage est d'agir tôt et même très tôt, bien avant l'âge des premiers mots**. "Tout se joue avant 2 ans pour le langage" ? : c'est sans doute excessif mais le message est d'être très tôt vigilant et incitatif.

**Les parents sont en première ligne pour soutenir le développement du langage de leur enfant. Mais parfois, justement quand l'enfant est vulnérable, il leur faut des conseils et des guides.**



**Le PAPEV-Ortho consistera à proposer ce guide à tous les enfants nés très prématurément (avant 32 semaines)**. Un orthophoniste accompagnera les parents dans leur rôle de communication et d'éducation au langage. Les séances commenceront dès 6 mois d'âge corrigé et s'étaleront à un rythme souple jusqu'à 2 ans (10 à 20 séances). **Les parents et les orthophonistes seront sollicités pour remplir des questionnaires permettant de mesurer la progression du langage.**

Le PAPEV-Ortho se déroulera de façon encadrée car c'est un projet de recherche. Les parents seront bien sûr libres d'y participer ou non.



## Conseils d'utilisation des tablettes

*Sabine VANESSE— Neuropsychologue*

**Le développement des capacités attentionnelles est un processus lent**, notre capacité à faire attention ne devient pas seulement plus solide au cours de notre enfance et notre adolescence mais elle évolue, développe peu à peu certaines habiletés particulières. L'attention n'est pas un processus unique : elle recouvre plusieurs aptitudes. Cette fonction cognitive a pour but de nous permettre une constante adaptation à notre environnement et dans notre vie quotidienne.

**Deux modes attentionnels sont utiles : l'attention endogène et l'attention exogène.**

**Chez le tout jeune nourrisson, l'attention exogène se développe en premier.** Cette aptitude nous permet tout au long de la vie d'être attiré vers un événement, de nous focaliser de façon automatique, involontaire à un moment vers quelque chose qui survient. Ainsi, le jouet que vous allez agiter dans le champ de vision de Bébé va capter son attention, il va tourner tout son intérêt vers cet objet. Ce système attentionnel est utile à la survie, il peut être considéré comme notre système d'alerte pour nous permettre de réagir à une situation inattendue. C'est un réflexe qui permet de tourner nos perceptions et de préparer une action en réponse.



**Dans les mois qui suivent, Bébé commence à avoir des conduites attentionnelles volontaires, il regarde là où il veut. L'attention endogène se développe.** Il peut progressivement tourner son attention vers ce qu'il veut et rester fixé sur cet élément ou objet même si d'autres événements se passent autour de lui.

L'attrait pour les éléments extérieurs reste très important jusqu'à deux ans. L'attention de Bébé part avec le papillon qui vient de passer.

**Un élément clef dans le développement de l'attention est l'utilisation de l'attention conjointe.** Dès 6 mois, Bébé alterne le regard entre un objet et un parent à plusieurs reprises, afin d'attirer l'attention de ses parents sur ce même objet et de partager son intérêt pour celui-ci. C'est un mode de partage, de communication non-verbale qui est opérationnel autour de 13 mois.



**Le développement se poursuit : entre 2 et 8 ans**, c'est notre capacité à sélectionner un type de choses (chercher tous les Lègos® rouges par exemple). A l'âge scolaire, nous apprenons à varier l'intensité en fonction de la motivation et de la situation.

**Il est surtout nécessaire en parallèle de développer de bonnes compétences de flexibilité cognitive :** être capable de faire le va-et-vient attentionnel entre la cible principale et une série d'informations secondaires (bruits, mouvements d'objets, pensées intérieures...). Par exemple, dans la classe de CP, pouvoir rester à l'écoute de la maîtresse alors que le petit copain à côté bouge les pieds, les copains de la classe d'à côté font du chant et que l'on pense à sa maman ou son papa. Résister à la distraction est difficile, l'enjeu est alors d'en être conscient et de pouvoir se rappeler de ce qu'on faisait juste avant et de décider de revenir à cette activité. Choisir de rester concentré... volontairement.

Cet apprentissage tout au long de notre enfance peut s'accompagner et être favorisé à travers certains jeux et certaines attitudes à privilégier.

**Ainsi, il est essentiel de partager avec nos enfants des moments où nous sommes, nous aussi, en écoute avec eux. Partager notre attention avec eux sur un objet particulier (le jeu, les devoirs, le moment du coucher...) en ayant mis de côté les distracteurs (les sms sur notre téléphone, le repas à préparer...).**

## Quelques jeux qui favorisent l'attention :

Pour l'attention à un signal auditif, les « chaises musicales » par exemple nécessitent d'être à l'écoute de la musique pour s'arrêter au bon moment. A partir de n'importe quel conte ou histoire, il peut être proposé aux enfants de réagir à un mot donné et donc de l'identifier (par ex : grogner comme un loup quand on entend le mot « loup » dans le conte du petit chaperon rouge).



Le jeu « 1, 2, 3 Soleil » sollicite aussi l'attention auditive et le contrôle du geste.



On peut s'entraîner à sélectionner un type de signal visuel à partir de nombreux jeux du commerce : **Dobble®**, **Lynx®**, **Spidmonsters®**.



## Favoriser l'attention c'est aussi :

- ◇ **Répondre au besoin de bouger** : certaines personnes ont besoin que le corps soit en mouvement (comme dessiner par exemple, manipuler un petit objet) pour être plus attentif.
- ◇ **Réduire les sources de stress**, les stimulations trop nombreuses, la pression d'un emploi du temps trop chargé.
- ◇ **Augmenter les heures de sommeil**.
- ◇ **Réduire le temps devant les écrans** : les écrans capturent l'attention et ne ciblent que l'attention visuelle au détriment des autres modalités.

# ATTENTION!

**Aidons nos enfants à apprendre à revenir au calme** : abaisser le ton de la voix, proposer de respirer calmement, accompagner vers une activité calme (coloriage de mandala) ou une activité de relaxation en musique par exemple.

**N'oublions pas de valoriser les temps où nos enfants ont recruté leur attention** pour les aider à prendre conscience que l'attention se pilote ! Prêt pour devenir un pilote de l'attention ?

# Les enfants de 0 à 7 ans dans la société digitale

*Dr Anne-Lise DUCANDA,  
Médecin de PMI, Conférencière,  
Membre fondateur du collectif COSE*

## **Un bouleversement de société :**

Les écrans ont envahi nos vies et celles de nos bébés : smartphones, tablette, TV, comptines, dessins animés, jeux, etc... Ils semblent apporter beaucoup d'avantages car les enfants les adorent, ils sont occupés, semblent calmes et apprennent en s'amusant ! Mais les écrans ne sont pas des jouets, emprisonnent les enfants dans une fascination sans limite et peuvent empêcher le bon développement de l'enfant.

## **Pour se développer normalement, votre bébé a besoin de choses simples mais impossibles avec les écrans :**

- **D'échanger avec vous**, par le regard, les gestes, le toucher, les sourires : il construit le regard, prend conscience qu'il existe, développe la communication et apprend à parler.
- **De découvrir le monde avec ses 5 sens** : toucher, mettre à la bouche, sentir, goûter, manipuler, déplacer, faire rouler, faire tomber. Il faut donc accepter un peu de bazar à la maison.
- **De bouger** : ramper, attraper, rouler, grimper, marcher, chercher son équilibre, etc...
- **De sortir dehors** pour qu'il sente le vent, la pluie, les sols différents sur lesquels il marche, les lumières, les bruits, apprendre aussi à vivre avec les autres, jouer avec eux, attendre son tour, comprendre ce qu'ils ressentent, etc... Sortez tous les jours avec votre bébé, même l'hiver !
- **D'apprendre à parler grâce à vous**, parce que vous le regardez, vous adressez à lui, lui parlez de ce qu'il est en train de vivre: « donne-moi ton pied, on va mettre ta chaussure » pendant que vous prenez son pied et l'aidez à mettre sa chaussure. L'enfant comprend le sens des mots parce qu'il les vit. Ce n'est pas possible avec un écran. La même phrase dans un dessin animé est un flux de sons qui ne veut rien dire. Avec les écrans, il répète les mots plaqués des écrans : « A, B, C, rose, bleu, one, two... », mais ça ne veut rien dire pour lui. Parler ce n'est pas répéter, c'est savoir utiliser les mots et les comprendre. Parler lui votre langue maternelle : ce sont des échanges affectifs beaucoup plus riches et quand il aura appris et structuré votre langue, il pourra alors plus vite apprendre le français à l'école.
- **De manger sans écran**, sinon le cerveau est capté par l'écran et n'a plus conscience qu'il mange : la digestion se passe mal et il ne veut plus manger sans écran.
- **De faire des efforts** : quand l'enfant fait un puzzle ou emboîte des cubes sur un écran, il n'a pas à attraper le morceau avec ses doigts, le tourner dans le bon sens, appuyer fort pour qu'il s'encastre. Il effleure à peine l'écran et c'est la tablette qui fait le travail à sa place ! Cela n'a aucun intérêt pour l'enfant et ne lui apprend pas l'effort, ni la frustration.

**Les écrans sont comme une drogue et cela a été reconnu en juin 2018 par l'Organisation Mondiale de la Santé** : L'enfant est fortement capté par les écrans et si on le laisse faire, il ne veut rapidement plus rien faire d'autre, même jouer avec ses jouets préférés, être avec ses parents. Son monde s'appauvrit.

Si on lui enlève l'écran, la crise peut être très forte : pleurs intenses, cris, l'enfant se tape la tête contre le sol, les murs ou parfois avec l'écran qui vient de s'éteindre. L'addiction serait créée par le flux de sons et de lumières qui surstimulent son cerveau qui en redemande toujours plus. De plus, les fabricants d'écran pour enfant ajoutent l'effet « WAOU » : quand l'enfant a fini son petit jeu sur écran : un petit bonhomme danse et applaudit, des étoiles scintillent et un joli son de clochettes donnent à l'enfant toujours l'envie de recommencer.

Par ailleurs, la télé allumée en arrière-plan, même si l'enfant ne la regarde pas, le dérange sans cesse dans ses manipulations et ses expériences. Il ne peut pas se concentrer sur ce qu'il fait. Le brouhaha de la télé l'isole et le dérange.

**Les écrans peuvent entraîner** : des retards de langage, des retards moteur et intellectuel, des déficits d'attention, une incapacité à supporter la frustration, des crises, de l'agitation, de l'agressivité, des troubles de la relation.

**Le monde réel en 3 dimensions est bien plus riche et varié que la surface plane et lisse d'un écran qu'il effleure du bout de ses doigts.**

### Comment faire en pratique alors que les écrans sont partout ?

- Ne laissez pas la télé allumée dans la même pièce que l'enfant même s'il ne la regarde pas.
- Eviter de regarder votre écran quand vous êtes avec votre enfant. Idem pour les grands frères et sœurs.
- Pas d'écran à table, ni le matin, ni avant de dormir et pas seul dans sa chambre (méthode des « 4 pas » de la psychologue Sabine Duflo).

**Quelle durée ?** Le CSA et le ministère de la santé viennent de recommander « Zéro Ecran » de 0 à 3 ans. Certains pensent que vous pouvez le laisser devant un écran 15 mn par jour à condition de pouvoir arrêter même s'il fait une crise.

Faites-vous aider si vous avez du mal à limiter les écrans. C'est normal, c'est très difficile. De 3 à 7 ans : 1 h par âge et par semaine : à 3 ans : 30 mn par jour ; à 7 ans : 7 heures d'écran par semaine et toujours accompagné et adapté.

### Conclusion :

Les écrans finissent par vous compliquer la vie et vous faire perdre du temps plutôt que de vous en faire gagner.

Au-delà de quelques minutes par jour pour un tout petit et d'une heure par jour par un enfant de 7 ans, les écrans sont néfastes, même les écrans dits « éducatifs ».

Les enfants surexposés ont des parents mal informés sur les écrans.

Vous pouvez faire beaucoup pour votre enfant car vous êtes son premier éducateur : votre enfant a besoin de choses simples mais essentielles : jouer, sortir, qu'on lui parle, entendre le « non » et passer du temps avec vous, sans écran, ou quelques minutes par jour seulement. Essayez, votre enfant sera plus calme, éveillé et heureux avec vous !

### Approfondir vos connaissances sur ce sujet :

#### Propositions de lecture :



*Dr. Sylvie Dieu Osika*  
*Les écrans : 10 conseils et astuces simples*  
*Hatier*



*Sabine Duflo*  
*Quand les écrans deviennent neurotoxiques*  
*Marabout*



*E. Job-Pigeard, C. Vanhoutte, F. Lerouge*  
*Ma pause sans écran*

*Mango*

Proposition de site internet : [www.surexpositionecrans.org](http://www.surexpositionecrans.org)

Proposition de vidéo : <https://www.youtube.com/watch?v=i4cBPIUj0rk>

## Coin lecture

Alice MÉAR - Parent du Réseau

**Pour les enfants de 2 à 5 ans : Quel plaisir d'entendre et de réentendre des histoires. Un jour, nos petits auditeurs deviendront des lecteurs...**

◆ **Jutta BAUER, Dans sa maison, un grand cerf, L'école des loisirs**

Un livre qui vous donnera envie de fredonner la comptine du même nom. Un grand cerf accueille tour à tour un lapin puis un renard poursuivis par un chasseur... qui lui-même finit par demander l'hospitalité ! Petite histoire qui apprend la tolérance et le partage.

◆ **Magali BONNIOL, C'est la nuit !, L'école des loisirs**

Que se passe-t-il la nuit pour ce petit lapin en peluche lorsque la maison est endormie ? Il a soif d'aventure alors il sort dans le jardin pour aller à la rencontre de véritables lapins. Mais il tombe nez à nez avec une renarde...

◆ **Magali LE HUCHE, Paco et l'orchestre, Gallimard Jeunesse Musique, collection « Mes petits livres sonores »**

Le petit chien Paco parcourt la forêt pour assister à un concert. En chemin, il rencontre les musiciens qui lui présentent leurs instruments. Chaque morceau de musique est tiré d'une véritable œuvre de musique classique.



**Pour les enfants de 5 à 7 ans : Les auteurs de littérature de jeunesse jouent bien tous au loup qui tente de nous faire si peur. Un coup à ne plus avoir peur du loup avec ces histoires !**

◆ **Mario RAMOS, C'est moi le plus beau, L'école des loisirs**

Cet incorrigible loup est un vantard. Il se promène dans la forêt en semant la terreur. Tous les personnages sont obligés de se prosterner à ses pieds en lui confirmant qu'il est le plus beau. Jusqu'au moment où il rencontre un tout petit dragon dont il ne se méfie pas...

◆ **Christine NAUMANN-VILLEMIN et Marianne BARCELON, Au temps de la préhistoire, Kaléidoscope**

Voilà l'histoire des trois petits cochons qui se passe dans une toute autre époque : la préhistoire ! A lire lorsque l'on connaît déjà l'histoire des Trois petits cochons afin de pouvoir se régaler des dialogues. Le loup est tourné en ridicule pour notre plus grand plaisir.

◆ **Geoffroy DE PENNART, Cambouis, L'école des loisirs**

Cambouis est un chien doué pour tout. Il est un garagiste hors pair. Et il a une passion pour le chant. Mais ses tuteurs, de gros chiens féroces, ne l'entendent pas de cette oreille. Sur le modèle de *Cendrillon*, l'auteur nous invite à suivre le parcours de Cambouis qui parviendra à réaliser son rêve.



## La boîte à outils des parents : quelques liens utiles

Astrid DELANOUE - Parent du Réseau



**<http://www.mpedia.fr>** : un site très complet fait par des médecins spécialistes de l'enfant destiné aux parents. Il est très intéressant pour toutes les questions autour de la santé de votre enfant et les conseils en puériculture.



**<https://naitreetgrandir.com>** : la version web du magazine. Ce site est fluide et simple avec en particulier des vidéos et des fiches d'activités très sympathiques, ainsi que des outils d'évaluation sur divers sujets (ex. « votre maison est-elle sécuritaire ? », etc.).



**<http://www.santebd.org>** : des fiches gratuites pour expliquer la santé avec des mots simples. C'est intéressant et utile pour préparer son enfant en amont d'une consultation ou d'un soin à réaliser. Ce site est également disponible en application mobile.



### Les rendez-vous :

Les réunions parents / professionnels de santé se dérouleront :

- ◆ Pour le secteur de Neuilly/Colombes : le samedi 12 janvier 2019 de 10h00 à 12h00
- ◆ Pour le secteur de Corbeil-Essonnes : le samedi 19 janvier 2019 de 10h00 à 12h00
- ◆ Pour le secteur de Clamart : le samedi 2 février 2019 de 10h00 à 12h00



Coordonnées du Réseau Pédiatrique du Sud & Ouest Francilien et de P.A.S.N.R.

**FIN NOVEMBRE 2018 LE RESEAU DEMENAGE**

361 Avenue du Général de Gaulle Bâtiment D 92140 CLAMART

☎ : 01.46.01.04.34 ☎ : 01.46.01.00.60 ✉ : reasnr@wanadoo.fr

[www.reseau-psof.fr](http://www.reseau-psof.fr)

