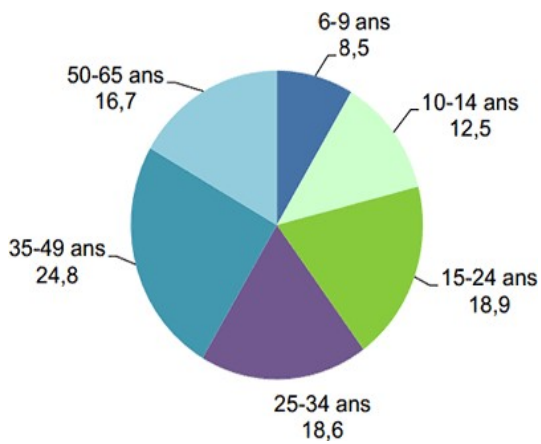


LES EFFETS DES JEUX VIDÉOS SUR LE FONCTIONNEMENT DU SYSTÈME NERVEUX





L'usage abusif des écrans pose un réel danger pour la santé. Un adolescent sur huit aurait un usage problématique des jeux vidéo. Plus de huit garçons sur dix ont déjà joué à un jeu classé PEGI 18. (Doc 1)

Les jeux vidéo possèdent des effets négatifs et positifs. Les effets négatifs sont la dépendance, l'insomnie l'hyperactivité ou la violence. Chez certains joueurs, des troubles de la violence et la perte de l'appétit. (Doc 2)



Les joueurs des jeux vidéo sont addictifs car, lorsqu'ils jouent leurs cerveaux produisent de la dopamine, qui leur donne une sensation de plaisir. Mais leurs taux de dopamine est supérieure à la moyenne lors du repos, ce qui peut engendrer des insomnies. (Doc 3,4)



Il existe plusieurs moyens pour prévenir des dangers des jeux vidéo. Le système de classification des jeux vidéo permet de fixer un âge minimum pour jouer aux jeux vidéo. Des associations créent des affiches pour lutter contre l'addiction aux jeux vidéo.

