

LES PLEURS DU BÉBÉ

1



Les pleurs du bébé : ce qu'il faut savoir

Souvent, un bébé pleure parce qu'il a faim, a froid, est fatigué, a mal ou il s'ennuie.

Il arrive aussi qu'un bébé continue de pleurer, même si vous avez tout essayé pour le calmer. C'est normal. Tous les bébés pleurent, certains plus que d'autres.

Entre 15% et 30% des bébés en bonne santé gémissent ou pleurent plus de trois heures par jour. Voici quelques caractéristiques de bébés qui ont des pleurs persistants :

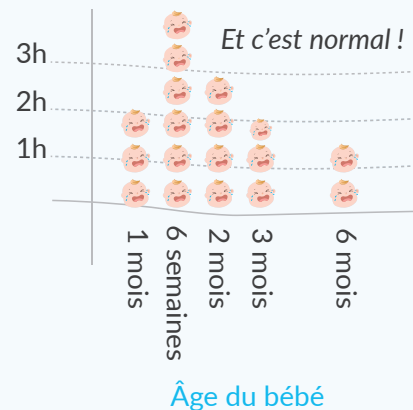
- Ils pleurent davantage le soir
- Leurs pleurs durent souvent plus de 30 minutes
- Leur visage devient rouge
- Ils replient leurs jambes sur leur ventre, mais ils ne souffrent pas
- Rien ne les console.

C'est vers l'âge de six semaines que les bébés pleurent le plus. Ils sont alors dans une période importante de développement et les pleurs sont un symptôme de ce changement.

Les pleurs diminuent vers l'âge de trois mois.

« Il pleurait, pleurait sans arrêt. Au début, c'était surtout le soir. Après, j'avais l'impression qu'il pleurait tout le temps ! Je faisais tout... mais rien ne le consolait. Pourquoi ? »

Durée des pleurs par jour



Que faire ?

Les pleurs sont très rarement reliés à un problème de santé. Par contre, si votre bébé a de la fièvre, s'il fait de la diarrhée, s'il vomit ou si d'autres symptômes apparaissent **soudainement**, consultez rapidement un professionnel de santé.

Les pleurs sont souvent une source d'inquiétude. Ils peuvent devenir insupportables. Vous pouvez ressentir un sentiment d'incompétence. Pour calmer votre bébé :

- Le prendre dans vos bras ou le bercer, si vous êtes calme
- L'allaiter et lui faire faire un rot
- Changer sa couche ou ses vêtements
- Varier sa position
- Lui chanter des chansons
- Le promener dans la poussette
- Le coucher doucement dans son lit, sur le dos
- Diminuer la lumière
- Le laisser seul dans son lit (le surveiller tous les 15 mns).

Rappelez-vous...

- **Rien ne sert de tout faire en même temps. Essayez une action à la fois.**
- **Les pleurs, même très forts, ne sont pas dangereux pour le bébé.**
- Il n'y a pas de solution magique.... La patience, le contrôle de soi et l'aide d'une autre personne vous permettront de passer à travers ce moment difficile.

Pour aider les parents de nourrisson

Une puéricultrice est disponible 24h/24h au
03 20 44 59 62 - poste 31141

Nous croyons qu'en prévoyant avec vous des moyens de réagir lors des moments difficiles vécus avec votre bébé, nous pourrions ensemble protéger sa santé.