Pleurs de bébé

Rédaction le 12 février 2025.

Dernière mise à jour le 06 mai 2020

Lien vers l'article:

https://infosante.be/guides/pleurs-de-bebe

Les pleurs de bébé, qu'est-ce que c'est ?

Les pleurs font partie du **développement normal** d'un bébé pendant les premiers mois de sa vie, avec une augmentation des pleurs vers l'âge de 6 semaines. Un bébé pleure en moyenne 2 heures par jour. Les bébés peuvent pleurer pour plusieurs raisons, par exemple, parce qu'ils ont faim, parce qu'ils ont des crampes (coliques) ou parce qu'ils sont fatigués. Pour un bébé, pleurer est aussi un **moyen de communiquer** avec le monde extérieur.

La durée des pleurs est très différente d'un bébé à l'autre. Les pleurs des bébés sont le plus souvent un signe **d'insatisfaction**, et ils ne sont pas continus. Cependant, chez certains bébés, les pleurs sont continus, c'est-à-dire qu'ils ne s'arrêtent pas quand on prend le bébé dans les bras ou quand on le nourrit. Ces pleurs apparaissent souvent chez les bébés âgés de **1 à 3 mois**.

Chez qui et à quelle fréquence ?

5 à 15 bébés sur 100 ont des pleurs **excessifs**, c'est-à-dire qu'ils pleurent beaucoup et sont inconsolables.

Qu'est-ce qui cause des pleurs excessifs ?

Un bébé peut pleurer beaucoup et être inconsolable, par exemple, en cas :

- de maladie, par exemple :
    - une infection par un microbe,
    - un problème aux intestins.
- d'allergie, par exemple, une allergie au lait de vache.

Comment reconnaître des pleurs excessifs ?

On parle de pleurs excessifs lorsqu'un bébé pleure durant au moins 3 heures par jour pendant au moins 3 jours par semaine.

Que pouvez-vous faire ?

Un bébé qui pleure beaucoup peut provoquer un stress pour la famille. N'attendez pas d'être « à bout ». Vous pouvez demander de l'aide à :

- des professionnel·les de la santé, par exemple, votre médecin ou les travailleurs et travailleuses de l'ONE, pour chercher la cause des pleurs ;
- votre entourage, votre famille, vos ami·es ou la garderie pour demander un relais et vous ménager des pauses.

Essayez de rester calme, même si cela peut être difficile. Le calme et la stabilité sont très importants pour un bébé. Prévoyez des **moments de repos** pour vous.

Parfois, il suffit d'adapter la technique d'allaitement au sein.

Il est important de rappeler qu'il n'y a pas qu'une seule « bonne » manière de faire. Ainsi, vous ne faites pas de mal à votre bébé si vous le prenez beaucoup dans les bras, par exemple.

Ne secouez surtout pas votre bébé, car cela peut provoquer des lésions au cerveau.

Que peut faire votre médecin ?

Il est important pour votre médecin de connaître la durée des pleurs du bébé sur une journée. Il ou elle peut alors savoir si c'est normal ou pas.

Votre médecin vous pose quelques questions. Il ou elle demande quel type de nourriture le bébé reçoit. Il ou elle demande aussi si un éventuel changement de nourriture a influencé les pleurs. Le ou la médecin se renseigne sur la technique que vous utilisez pour allaiter le bébé au sein et sur ce que vous avez déjà essayé pour diminuer les pleurs.

Votre médecin examine le bébé. Il ou elle regarde, par exemple, si le bébé a des signes d'infection ou d'eczéma.

Votre médecin évalue avec vous :

- si la situation est inquiétante ou pas ;
- s'il existe une cause aux pleurs du bébé qui peut être traitée ;

- s’il faut juste attendre que cela passe.

Rédaction le 12 février 2025.

Dernière mise à jour le 06 mai 2020

Lien vers l'article:

https://infosante.be/guides/pleurs-de-bebe

Liens Utiles

- Les pleurs de bébé https://naitreetgrandir.com/fr/etape/0_12_mois/soins/fiche.aspx?doc=naitre-grandir-bebe-pleurs-comprendre
- Les coliques (pleurs intenses) https://naitreetgrandir.com/fr/sante/naitre-grandir-sante-bebe-mal-ventre-colique-pleur/
- ONE https://www.one.be/public/

Sources

- Guide de pratique clinique étranger https://www.ebpnet.be/fr/pages/display.aspx?ebmid=ebm00993