



Pleurs chez le jeune bébé

Hôpital Jan Yperman • Briekestraat 12 • 8900 Ieper
057 35 35 35 • info@yperman.net • www.yperman.net



56.016F • 180417
Dienst Pediatrie

Comportement normal

Le comportement normal d'un nourrisson est très difficile à définir. Au niveau chaleur/alimentation/bien-être, un bébé dépend totalement des personnes qui s'occupent de lui, donc, en premier lieu, de ses parents. De plus, chaque enfant a son propre tempérament et son propre caractère. Les moyens dont il dispose pour s'exprimer sont très limités, et les pleurs sont un moyen efficace pour signaler sa présence à l'entourage. Les pleurs ont une importance vitale pour bébé.

Les nombreux carnets de notes tenus par les parents nous apprennent que bébé pleure surtout les 3 premiers mois de son existence, en particulier tard dans l'après-midi et en début de soirée. En moyenne, un bébé âgé de 6 semaines pleure 120 minutes par jour. À l'âge de 3 mois, cette moyenne tombe à 71 minutes par jour. Les moyennes ne renseignent pas grand-chose sur les extrêmes et il existe non seulement de très grandes variations individuelles, mais aussi des variations d'un jour à l'autre.

Tous les bébés ont des périodes de pleurs inconsolables. Ces pleurs commencent souvent de la façon suivante : la respiration et la couleur de la peau changent, les mouvements et les petits bruits s'accroissent et enfin les pleurs apparaissent, avec leur sonorité bien connue, les mouvements typiques de flexion et d'extension des jambes et la contraction des muscles abdominaux. Les flatulences et les petites quantités de lait rendues en sont souvent la conséquence. Certains bébés sautent les stades précoces et sont plus difficiles à consoler aussi. Sur le plan scientifique, on n'en connaît pas vraiment la cause. Il se pourrait qu'il y ait une influence du tempérament, de la maturation neurologique, de la faculté d'adaptation, ou...

Les pleurs anormaux et autres termes: les coliques, les crampes, le bébé pleurnichard

Si les pleurs normaux sont difficiles à définir, il est bien plus difficile encore de définir les pleurs anormaux. Mais ce qui est sûr, c'est qu'un bébé qui pleure stresse les personnes qui s'occupent de lui (parents, assistants maternels, ...). Bébé exprime son déplaisir et ses tensions, mais les soignants ignorent souvent ses motivations. D'où le désespoir fréquent des parents, qui culpabilisent de ne pas s'occuper correctement de leur bébé.

Au niveau des pleurs anormaux, on utilise souvent la **'règle des 3'**: plus de 3 heures par jour, plus de 3 jours par semaine, plus de 3 semaines d'affilée. Parmi les autres caractéristiques des crampes, et donc des pleurs anormaux, on note le début abrupt, l'absence de lien évident avec ce qui vient de se passer, et surtout la survenue le soir. Ces pleurs sont plus intenses que les pleurs « normaux », bébé se contracte davantage, et de plus, il est inconsolable. Les données chiffrées dont on dispose sont très variables: entre 8 et 40 % des bébés ont des 'crampes'. Elles surviennent autant chez les garçons que chez les filles, autant chez les prématurés que chez les bébés nés à terme, et autant chez les bébés allaités au sein qu'au biberon.

Le principal facteur est que ces pleurs abondants disparaissent avec le temps, habituellement vers l'âge de 5 mois, laissant la place à un enfant qui grandit normalement. Un bébé qui continue de pleurer abondamment après l'âge de 5 mois présente un risque légèrement accru de troubles du comportement ultérieurs.

Que faire ?

Faites une visite de contrôle chez votre médecin. Parfois, plutôt rarement, il existe une cause médicale traitable sous-jacente. Le médecin vous demandera de tenir un journal sur le comportement de votre bébé qui pleure, un « journal des pleurs ». Cela vous aidera à mieux comprendre et à repérer les comportements qui se répètent. Très souvent, et bien heureusement, votre bébé sera déclaré en bonne santé.

Tentez de consoler bébé par divers moyens. Tentez les massages, portez bébé contre vous enveloppé dans un drap ou changez-le très régulièrement de place. En tant que parent, c'est vous qui connaissez le mieux votre bébé. Vous verrez rapidement ce qui aide et ce qui n'aide pas. Et n'oubliez pas que les bons conseils, même bien intentionnés, peuvent avoir pour effet de vous décourager encore plus. Vous verrez par vous-même ce qui vous convient, et ce qui convient à bébé. N'hésitez pas à demander conseil pour soigner votre enfant. Il vous faudra de l'aide, car soigner seul un bébé qui n'arrête pas de pleurer est une tâche quasiment impossible. Bon nombre de parents évoquent une erreur d'alimentation lorsque leur bébé pleure abondamment. Mais cela ne fait aucun doute que l'allaitement maternel constitue la meilleure alimentation pour l'enfant. Passer au biberon n'est donc pas recommandable. Le sentiment de se sentir dépassé dans les soins à bébé n'a rien d'anormal. Rechargez vos batteries en pratiquant une activité qui vous redonne de l'énergie, et confiez temporairement votre bébé à une autre personne. Si vos plaintes et sentiments négatifs envers vous-même ou bébé persistent, n'hésitez pas à consulter un professionnel de la santé pour vous aider.

En fait, il existe peu de médicaments pour aider votre bébé. Des remèdes existent, mais leur efficacité n'a jamais été démontrée : en effet, l'effet favorable de ces traitements ne dépasse jamais celui de l'évolution spontanée naturelle.

Département Hospitalisation

Secretariaat Dr Boens • Dr De Henau • Dr Sercu • Dr Van Ackere • Dr Monbailliu

• Dr. Dejonckheere

057 35 63 01

057 35 75 00



Jan Yperman Ziekenhuis