



Les signes de fatigue



Chaque bébé a des signes différents mais
voici une petite liste qui peut vous aider
à les repérer :

- Bâillements
- Se frotter les yeux
- Se frotter les oreilles
- Grimacer
- Les yeux rouges et brillants
- Le regard fixé
- Détourner le regard
- Des mouvements plus lents
- Etre calme et désengagé
- Des étirements
- Gratter ou frotter des textures
- Des mouvements incontrôlés, saccadés
- Sucer son pouce, son doigt ou son poing
- Aller chercher ou demander sa tétine
- Aller chercher ou demander son doudou
- Demander a être pris dans les bras
- Les arcades sourcilières rouges
- Irritabilité, grognon
- Phase d'excitation