Bébé refuse de manger, comment faire manger un bébé ?

BÉBÉ ENTRE 6 ET 12 MOIS

ARTICLE

NOV. 14, 2016

3 MINS

Conseils quand votre bébé ne veut pas manger

Pourquoi votre bébé ne veut pas manger ?

Les raisons pour lesquelles votre bébé ne veut aucune cuillerée du repas que vous lui

présentez avec amour peuvent être multiples.

Voici **quelques-unes des causes** qui pourraient expliquer son refus de manger :

- **Votre tout-petit a décidé de s'affirmer** ! Et pour le moment, dans sa chaise haute, le meilleur moyen de vous montrer qu'il a du caractère est de refuser l'assiette que vous lui tendez. C'est le début de la phase du « non » : son mot préféré !
- **Votre bébé n'a peut-être tout simplement pas d'appétit pour le moment**. Vous pouvez lui faire confiance, si son ventre grogne, il saura se manifester ! Attendez un peu avant de lui proposer à nouveau son repas.
- Si votre enfant a plus de 18 mois, il peut être dans une **phase de néophobie alimentaire** : la réticence à goûter un aliment nouveau, une grande majorité des enfants passent par cette phase et que cela fait partie du développement de l'enfant. Il peut aussi être malade, fatigué, faire ses dents ...

Dans tous les cas, vous devez garder à l'esprit que **les enfants ne resteront pas longtemps sans manger**. Respirez, cela passera.

5 astuces si bébé refuse de manger

Si votre bébé refuse de manger, sachez que vous avez plus d'un tour dans votre sac pour qu’il accepte de manger.

Parmi les ruses les plus connues, il y a bien évidemment le fameux « une cuillère pour maman, une cuillère pour papa... ». **Mais d'autres astuces qui se transmettent entre parents existent**. Voici une petite liste non-exhaustive :

- **Faire l'avion ou le petit train avec la cuillère**. Et c'est encore mieux quand la cuillère est véritablement en forme d'avion ! Ce genre de gadgets pour faire manger les bébés existe vraiment. J
- Réaliser **des œuvres d'art ou des portraits rigolos** au fond de l'assiette de votre tout-petit, tels des maîtres de l'art du bento ! Là encore, il existe des assiettes illustrées d'un visage à customiser de fruits, légumes, féculents, viande...
- **Faire rire** votre bébé pour le détendre
- Si votre bébé refuse de goûter un **nouvel aliment**, n’hésitez pas à le **lui proposer plusieurs fois sous des formes différentes.**
- **Vous pouvez essayer de laisser votre manger seul** (mais sous votre vigilance bien sûr). De nombreux parents pratiquent la DME (diversification menée par l'enfant) et laissent leur enfant découvrir les aliments avec les mains,

les mélanger ...

L'alimentation de votre bébé et ses apports nutritionnels ne se jugent pas sur un repas, mais sur les repas de toute une journée et même sur plusieurs jours successifs.

Pour vous rassurer, il vous suffit de jeter un œil sur sa courbe de taille et sa courbe de poids. Si elles sont régulières entre les courbes de référence de son carnet de santé, sans cassure, c'est que l'évolution de votre bébé est bonne !