

meille> Avant 7 ans, se coucher à heure fixe réduit les risques de troubles du comportement

Publié sur Orthomalinr (<https://www.orthomalinr.com>)

URL source:<https://www.orthomalin.com/actualites/actualite-professionnelle/avant-7-ans-se-coucher->

Avant 7 ans, se coucher à heure fixe réduit les risques de

troubles du comportement

Une étude de l'Université de l'Alabama à Birmingham a révélé que les enfants qui se couchent à l'heure ont moins de problèmes de comportement que ceux qui ne le font pas.

Les chercheurs ont suivi 100 enfants âgés de 2 à 7 ans pendant une période de 18 mois. Ils ont constaté que les enfants qui se couchent à l'heure ont moins de problèmes de comportement que ceux qui ne le font pas.

Les chercheurs ont également constaté que les enfants qui se couchent à l'heure ont moins de problèmes de comportement que ceux qui ne le font pas.

Les chercheurs ont également constaté que les enfants qui se couchent à l'heure ont moins de problèmes de comportement que ceux qui ne le font pas.

Les chercheurs ont également constaté que les enfants qui se couchent à l'heure ont moins de problèmes de comportement que ceux qui ne le font pas.

Les chercheurs ont également constaté que les enfants qui se couchent à l'heure ont moins de problèmes de comportement que ceux qui ne le font pas.

[6] <https://www.orthomalin.com/etiquettes/apprentissage> [7]

<https://www.orthomalin.com/etiquettes/sommeil> [8] [https://www.orthomalin.com/etiquettes/troubles-du-](https://www.orthomalin.com/etiquettes/troubles-du-comportement)

[comportement](https://www.orthomalin.com/etiquettes) [9] <https://www.orthomalin.com/etiquettes>