

"Rêve indien": le retour de cette pratique dangereuse chez les ados, dérivée du jeu du foulard, inquiète. Le défi du "rêve" ou "sommeil indien" qui **consiste à couper sa respiration pour provoquer un évanouissement**, fait l'objet de vidéos sur les réseaux sociaux. Un phénomène qui inquiète pédiatres et parents. 5 oct. 2023

C'est quoi le sommeil indien ?



Le principe est de s'hyperventiler rapidement pendant quelques secondes, puis de couper sa respiration tout en mettant son pouce dans la bouche. Le but étant de tenir jusqu'à l'évanouissement, pouvant être accompagné d'hallucinations. 28 sept. 2023

Svp ne faite pas le sommeil indien ! J ai une pote elle l'a fait et elle c est évanouie alors vraiment ne faite pas sa c est trop dangereux ⚠ !