

Sciences : Comment font les poissons pour dormir ?

Bibliothèque francophone multimédia – Limoges – notre réponse du 26/03/2020.



© Foad Memariaan / Unsplash

Le sommeil est vital chez tous les animaux, aussi bien chez la mouche que chez le singe. Les poissons ne font pas exception.

En fait, il ne s'agit pas toujours réellement de sommeil, mais plutôt de période d'inactivité et de repos que l'on qualifie d'« **état voisin du sommeil** ».

Les poissons s'immobilisent alors entre deux eaux, sur les fonds ou dans le sédiment, la nuit ou le jour (suivant qu'ils sont diurnes ou nocturnes). Certains mettent même leur pyjama en changeant de couleur !

En effet, pendant leur sommeil, les poissons doivent se protéger de leurs prédateurs.

Pour cela, ils ont développé **plusieurs stratégies** : certains poissons se cachent au fond et s'enterrent dans le sable, comme par exemple certaines raies. D'autres se retirent dans des crevasses rocheuses, des grottes ou sous des pierres.

Certains poissons très colorés des récifs coralliens changent de couleurs pendant leur sommeil pour adopter une tenue plus discrète.

Les poissons perroquets qui vivent également dans les eaux tropicales autour des récifs coralliens utilisent même une sorte de sac de couchage. Ils entourent leur corps de mucus (des glaires) qui les protègent de leurs ennemis.

Donc oui, **les poissons dorment, mais d'une façon différente de celle des mammifères ou des humains !**

De plus, ils ne ferment pas les yeux et ne rêvent pas. En

effet, ils n'ont pas de paupières et aucun signe d'un état analogue au sommeil paradoxal, où se produisent les rêves, n'a été détecté chez eux.

Sources

[Les poissons dorment-ils ?](#) par la rédaction de Futura, *Futura-sciences.com*, le 20/12/2019.

[Est-ce que les poissons dorment ?](#) par *levaisseau.com*, le 21/03/2018.

Le Vaisseau est un centre de découverte scientifique pour les enfants de 3 à 15 ans situé à Strasbourg.

Pour en savoir plus...

Un article scientifique d'un niveau plus avancé :

« À l'aide essentiellement de ces critères comportementaux, un état proche du sommeil peut être défini chez les insectes, les amphibiens et les poissons. Ils présentent un rythme d'activité-repos qu'ils peuvent maintenir même s'ils sont privés de l'alternance lumière-obscurité, comme par exemple lorsqu'on les place dans l'obscurité totale. Lors des périodes de repos, les insectes adoptent une posture caractéristique, tête et antennes repliées.

Les amphibiens et les poissons prennent également des postures typiques pendant leurs phases de repos. De plus, un nouveau critère a été récemment introduit qui consiste à priver un animal de ses périodes de repos pour voir si un rebond compensatoire – une augmentation de cet état – est observé lors de la récupération. Les insectes et les poissons présentent en effet un accroissement de cet état de repos profond après en avoir été sevrés, exactement comme les mammifères lorsqu'on les prive de sommeil. Mais si ces observations suggèrent qu'un état proche du sommeil peut exister chez ces animaux, nous ne disposons d'aucun indice de

la présence d'un état voisin du sommeil paradoxal. »

Source :

[Animales rêveries](#) par Mehdi Tafti, *Science et Avenir* Hors-Série Le Rêve, Dec.1996.

Enfin, vous pouvez regarder cette vidéo sur le site *Arte.tv Junior* : [Les poissons dorment-ils ?](#)

[Eurêkoi](#) – [Bibliothèque francophone multimédia de Limoges](#)
