

Journée de Nutrition Infantile – 17 octobre 2002
Gosnay

Programme du matin

9h30 : Les petits pots

A. CHAUVIERE – L. BUSSIERE

10h15 : L 'immunité intestinale, plus qu 'un débat
un véritable avenir

F. JEANNEROT - C. LATGE

11h00 : Les Céréales : quand ? Pour qui ? Pourquoi ?

J.F. LIENHARDT - C. BECHAZ

11h45: Enquête sur les boissons

J.P. BERNET

Les « Petits pots »



Début de consultation



Z « Docteur est ce que je peux commencer les petits pots ? »

- Constater au passage:
- il est entré dans le vocabulaire courant
- de dire « petits pots » pour « diversification »

Réponse facile :



Z « Mais oui,

Z Madame,

Z allez-y ! »



Et le problème est résolu...

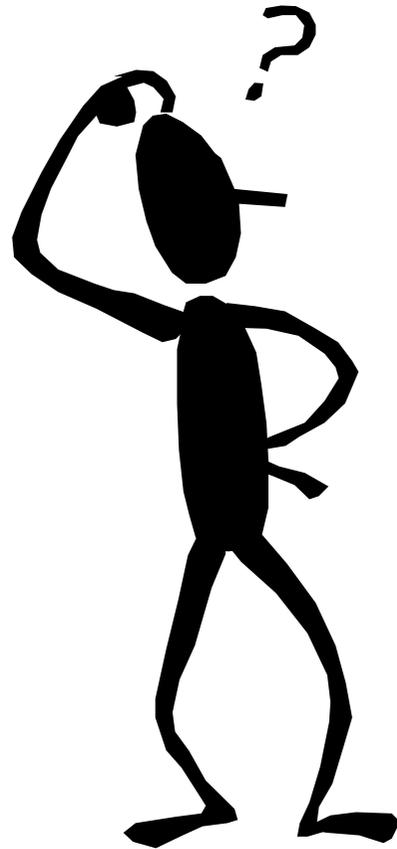
Mais l'emmerdeuse :



Z « Et comment faut faire ? »

Z (elle a vu à la télé le gamin qui crache
« 806 »
sur le T-shirt de sa mère ...)

Que répondre !



Quel est le but de la diversification ?



- z Compléter le lait (vitamines, fibres, fer) ?
- z Améliorer le transit de bébé ?
- z Faire plaisir à l'enfant ?
- z Faire plaisir à la mère ?
- z Role « éducatif »

Quels en sont les risques ?



- z La sensibilisation allergique ?
- z L 'intoxication (Nitrates ,Pesticides) ?
- z Les erreurs diététiques ? (Na ,sucres)
- z Le déclenchement de troubles digestifs ?
(diarrhée si trop de fruits
constipation si trop de féculents
régurgitations si trop acide)

Le lait est suffisant



- z Le lait maternel est parfait
- z (Les laits artificiels modernes.. aussi)
- z Jusque 6 mois
- z Il apporte toutes les vitamines
- z Il est bien équilibré (Na, sucres..)

Première conclusion



- z La diversification alimentaire n 'a pas d 'intérêt nutritionnel
- z On ne fait pas d 'erreur de diététique à ne donner que du lait jusqu'à 6 mois.
- z La diversification a plus sa place dans le développement psycho-moteur que dans la diététique..
- z C 'est apprendre à l 'enfant a utiliser ses sens

Comment faire dans la pratique?



Observons bébé...



Vers 4 mois, il commence à manifester de la curiosité sur le contenu de l'assiette des voisins..

Pourquoi ne pas le satisfaire ?
Et lui apprendre à découvrir de nouvelles sensations.

Sachons stimuler les cinq sens :



- z les couleurs
- z le goût
- z la consistance
- z l'odeur
- z le bruit...

Petits pots

•Frais

z Goût - -
z Consistance - - -
z Couleur - -
z Odeur de cuisine - - -

z Goût + + +
z Consistance + + +
z Couleur + + +
z Odeur + + +

Petits pots

•Frais

- z Rapide + + +
- z Stérilité« pop » + + +
- z Excipients ?
- z Sûr (Na Nitrates) + + +

- z Préparation + + +
- z Stérilité + -
- z Excipients 0
- z Sûr - -

Deuxième Conclusion



- z La diversification alimentaire est surtout un exercice sensoriel
- z La préparation domestique semble plus stimulante, mais elle comporte des risques
- z Peut-on accepter ces risques?

Peut-on faire confiance
aux mamans ?

