

ALIMENTATION INFANTILE ET OBÉSITÉ

L'évidence scientifique indique que l'allaitement serait un moment privilégié pour la prévention de l'obésité et pourrait aider au développement des récepteurs du goût et au contrôle de l'appétit.

L'ALLAITEMENT MATERNEL EST ESSENTIEL POUR LE DÉVELOPPEMENT NORMAL DES NOURRISSONS ET JEUNES ENFANTS.

Comme mesure de santé publique, l'Assemblée Mondiale de la Santé (AMS) recommande l'allaitement exclusif pendant les 6 premiers mois de la vie, suivi par la poursuite de l'allaitement jusqu'à 2 ans ou plus avec l'introduction d'aliments de complément adéquats et sûrs à partir de 6 mois.

Le Code international de commercialisation des substituts du lait maternel et les résolutions ultérieures de l'AMS (le Code international) et la Stratégie mondiale pour l'alimentation du nourrisson et du jeune enfant, ont pour objectif de protéger et de soutenir les pratiques optimales d'alimentation des nourrissons et jeunes enfants. Ils appellent à l'interdiction de la promotion commerciale (pas la vente) des laits artificiels, autres substituts du lait maternel, biberons et tétines, au grand public.

L'AMS 2010 appelle également les États membres à mettre un terme aux formes inappropriées de promotion des aliments pour nourrissons et jeunes enfants. Les résolutions AMS protègent les droits des parents à une information sans influences commerciales, exigeant des gouvernements qu'ils évitent les conflits d'intérêt dans les programmes de santé des nourrissons et jeunes enfants.¹

En 2010, l'AMS a également adopté un plan d'action sur les maladies non transmissibles telles que les maladies cardiaques, le diabète et le cancer, liés à la malnutrition, l'alimentation artificielle et les pratiques inappropriées d'alimentation du jeune enfant. Les recommandations appellent à des restrictions sur la commercialisation des "junk foods" aux enfants, y compris dans les écoles.



L'ÉTUDE MULTICENTRIQUE DE 7 ANS DE L'OMS SUR LA RÉFÉRENCE DE CROISSANCE MONTRÉ QUE LES BÉBÉS NOURRIS EXCLUSIVEMENT AU SEIN PENDANT 6 MOIS SONT PLUS MINCES QUE CEUX NOURRIS AU LAIT ARTIFICIEL.³



LES NOURRISSONS ALIMENTÉS AU LAIT ARTIFICIEL CONSOMMENT PLUS DE LAIT ET PRENNENT DU POIDS PLUS RAPIDEMENT QUE LES NOURRISSONS ALLAITÉS, ET POURRAIENT RECEVOIR UN EXCÈS D'ÉNERGIE DE 72-151 KCAL / JOUR², ÉQUIVALENT À L'ÂGE DE 8 MOIS À 70-145 BARRES CHOCOLATÉES.

QUELQUES -UNES DES ÉTUDES MONTRANT QUE L'ALLAITEMENT MATERNEL EST IMPORTANT POUR LA PRÉVENTION DE L'OBÉSITÉ

ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ : L'ÉVIDENCE SCIENTIFIQUE SUR LES EFFETS À LONG TERME DE L'ALLAITEMENT MATERNEL (REVUES SYSTÉMATIQUES ET MÉTA-ANALYSES):⁸ l'évidence scientifique suggère que l'allaitement aurait un effet protecteur sur la prévalence de l'obésité, même en tenant compte des facteurs de confusion. Cet effet semble plus important contre l'obésité que contre le surpoids.

DÉTERMINANTS PRÉCOCES DU SURPOIDS ET DE L'OBÉSITÉ :⁹ revue de la littérature des revues systématiques. L'allaitement maternel semble protéger contre le surpoids et l'obésité futurs. Bien que l'association semble faible, agir sur des risques attribuables faibles mais à prévalence élevée tels que des taux d'alimentation artificielle élevés peut avoir des effets importants sur les résultats à l'échelle d'une population entière.

Les études d'observation peuvent toujours être remises en question à cause des facteurs de confusion. Cependant, lorsque l'ensemble de l'évidence scientifique est prise en compte, les décideurs politiques considèrent l'alimentation artificielle comme un facteur déterminant important de l'obésité future. Une seule étude contrôlée ne montre aucune association entre l'alimentation artificielle et l'obésité future mais n'avait pas été conçue pour mesurer cet effet.¹⁰

LE RAPPORT 2010 POUR LE PRÉSIDENT DU TASK FORCE DE LA MAISON BLANCHE SUR L'OBÉSITÉ INFANTILE INCLUT LE SOUTIEN À L'ALLAITEMENT COMME UNE STRATÉGIE CLEF.

"Les enfants allaités sont à risque réduit d'obésité... la probabilité d'obésité est 22% plus basse parmi les enfants allaités. Les effets les plus forts ont été observés parmi les adolescents, ce qui signifie que les bénéfices de l'allaitement en matière de réduction du risque d'obésité s'étendent sur plusieurs années de la vie de l'enfant. Une autre étude a montré que le risque de surpoids était réduit de 4% pour chaque mois d'allaitement, et ceci jusqu'à 9 mois d'allaitement."

ALIMENTATION ARTIFICIELLE ET OBÉSITÉ: HYPOTHÈSES: 4,5,6,7

CAPACITÉ RÉDUITE DE RÉGULER SOI-MÊME LA QUANTITÉ DE LAIT INGURGITÉE: les nourrissons alimentés au lait artificiel développent un moins bon contrôle de leur consommation de lait par rapport aux nourrissons allaités.

TENEUR PLUS ÉLEVÉE EN PROTÉINES DES LAITS ARTIFICIELS PAR RAPPORT AU LAIT MATERNEL (de 80 à 55% plus élevée), conduisant à un poids corporel et un Indice de Masse Corporelle (IMC) plus élevés à 2 ans: "early protein hypothesis."

ABSENCE D'ÉLÉMENTS BIOACTIFS DANS LES LAITS ARTIFICIELS: l'alimentation au lait artificiel est associée à une concentration plus basse de l'hormone régulant l'appétit, la leptine.

ABSENCE DE VARIABILITÉ DU CONTENU NUTRITIONNEL DES LAITS ARTIFICIELS: les bébés nourris au lait artificiel ne sont pas exposés aux variations de contenu, de goût et d'odeur dont font l'expérience les bébés allaités, et pourraient donc être programmés à des sélections et habitudes alimentaires plus restreintes.

LE COMPORTEMENT ALIMENTAIRE ET LES INTERACTIONS MÈRE-ENFANT: les bébés alimentés au lait artificiel ont un mode de succion différent, une fréquence de repas réduite et des intervalles entre les repas plus longs, que les bébés allaités.

Le Réseau de Groupes d'Action pour l'Alimentation Infantile (IBFAN - International Baby Food Action Network) est un réseau mondial constitué de plus de 200 groupes d'utilité publique dans une centaine de pays dans le monde, œuvrant pour protéger l'allaitement maternel et améliorer la santé et le bien-être des bébés et leurs familles. IBFAN aide les gouvernements à mettre en œuvre et suivre le Code international, la Convention des Droits de l'Enfant, et les Stratégies mondiales sur

l'alimentation du nourrisson et du jeune enfant et pour l'alimentation, l'exercice physique et la santé. IBFAN offre également de la formation et certains groupes soutiennent directement les mères. L'étendue du travail du réseau IBFAN est vaste: protection de la maternité, alimentation infantile et VIH, contaminants dans les aliments pour bébés, alimentation infantile dans les urgences, campagnes spécifiques telles que le Boycott Nestlé.

