



Communiqué de presse de la Société Suisse de Nutrition SSN

Congrès national de la SSN: « Les mille premiers jours de la vie – l'alimentation durant la grossesse et les deux premières années de vie »

Berne, le 7 septembre 2012. Le congrès national de la Société Suisse de Nutrition SSN s'est tenu à l'hôpital de l'île à Berne sur le thème « Les mille premiers jours de la vie – l'alimentation durant la grossesse et les deux premières années de vie » en ce vendredi 7 septembre 2012. Devant un parterre occupé par de nombreuses personnalités, les experts d'horizons différents se sont exprimés sur l'importance particulière de l'alimentation durant la grossesse, celle du nourrisson et du jeune enfant ainsi que les phases critiques du développement.

Ce congrès a été organisé en collaboration avec l'Office fédéral de la santé publique OFSP et l'Association Suisse des Diététicien-ne-s diplômé-e-s ES/HES.

L'ouverture officielle du congrès a été précédé d'un symposium sur le thème « Edulcorants ; stevia et autres ». Madame le Dr rer. nat. Ursula Wölwer-Rieck, qui se consacre à la bioanalytique et travaille auprès de l'Institut des sciences alimentaires et nutritionnelles de l'Université de Bonn, a abordé dans une approche pratique les points essentiels de ce thème.

Les participants ont ensuite pu suivre diverses conférences sur les thèmes suivants:

Effet de l'apport périnatal en acides gras polyinsaturés essentiels dans la programmation nutritionnelle

Lors de son allocution, le Professeur de nutrition expérimentale Gérard Hornstra de l'Université de Maastricht et NUTRI-SEARCH de Gronsveld au Pays-Bas a expliqué à l'auditoire l'importance potentielle des acides gras polyinsaturés essentiels dans la programmation du développement de l'être humain.

Il est désormais communément admis qu'une nutrition inappropriée à des stades essentiels de la vie périnatale peut déclencher des événements de « programmation » influant à long terme la santé, les fonctions ou les performances des individus. Les acides gras polyinsaturés essentiels (AGPIe) remplissent plusieurs fonctions de première importance dans l'organisme humain. Ces acides gras ne peuvent être synthétisés par l'homme, ou difficilement ; un apport approprié est donc indispensable au bon fonctionnement de l'organisme.



L'alimentation pendant la grossesse

Le Professeur Irene Hösli-Krais de la Clinique gynécologique de l'hôpital universitaire de Bâle s'est penchée sur l'alimentation en cours de grossesse qui joue un rôle dans le déroulement de celle-ci et dans l'évolution du fœtus.

En matière d'alimentation, le poids de la mère avant la conception et la prise de poids au cours de la grossesse ainsi que la composition de l'alimentation jouent un rôle important. L'activité physique n'est pas en reste et a aussi une action bénéfique.

Partant d'un poids normal avec un IMC de $18.5 < 25$, la prise de poids moyenne sera de 11 à 16 kg avec un seul enfant. La composition de l'alimentation et le nombre de repas sont conformes aux préconisations de la pyramide alimentaire de la SSN pour les femmes qui ne sont pas enceintes. Mais une supplémentation en acide folique devrait intervenir un ou deux mois avant le début de la grossesse et une attention particulière est à porter à la couverture des besoins en acides gras essentiels.

Le point sur l'alimentation des nourrissons et des enfants en bas âge

Le Professeur Christian Peter Braegger, responsable du département de gastro-entérologie et de nutrition de l'hôpital de pédiatrie de Zurich a confirmé que le lait maternel est l'alimentation naturelle par excellence des nourrissons. La commission de nutrition de l'ESPGHAN (European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition) recommande un allaitement exclusif pendant quatre à six mois puis, à côté d'une alimentation de sevrage, une poursuite de l'allaitement jusqu'à la fin de la première année, voir au-delà. Ces recommandations sont justifiées par les nombreux avantages de l'allaitement pour la santé qui a fait l'objet de travaux bien documentés. Parmi ces avantages, il faut souligner ses effets protecteurs contre les infections gastro-intestinales, respiratoires et ORL (otites). En outre, on a prouvé l'existence chez les enfants allaités d'effets de programmation à long terme qui n'ont pas été observés chez les autres. Il s'agit notamment d'effets positifs sur le développement cognitif, le poids corporel, la tension artérielle et la prévention des allergies.

Les phases critiques du développement

Le Dr Josée Despars, Docteur en psychologie du Service Universitaire de Psychiatrie de l'Enfant et de l'Adolescent (SUPEA) au Centre Hospitalier Universitaire Vaudois (CHUV) à Lausanne a exposé pourquoi la grossesse et ensuite les premières années de vie d'un enfant est un période dynamique, sensible et propice aux réaménagements psychiques. De manière générale, les parents souhaitent transmettre le meilleur à leur enfant pour un développement



harmonieux, en santé, avec des valeurs culturelles propre à chacun. Manger est un acte vital et quotidien, mais qui au-delà de la satisfaction des besoins primaires, est un acte chargé de sens, culturel, social et psychologique. Du point de vue sociologique et psychologique, le fait d'accepter la nourriture, c'est aussi accepter l'autre et accepter de nouer des liens. L'alimentation représente ainsi un axe autour duquel le lien va se créer. Un lien dans lequel les caractéristiques de l'enfant et celles des parents vont moduler et affecter la sphère de l'alimentation et le développement de la relation parent-enfant.

En marge du congrès, les participants ont pu prendre part à divers ateliers sur des thèmes tels les phases critiques de développement, la supplémentation: évidences pour la mère et l'enfant ainsi que les projets de prévention pour la petite enfance.

La dernière conférence plénière donnée par le Professeur Luc Marlier du Laboratoire d'Imagerie et de Neurosciences Cognitives LINC de Strasbourg, a porté sur le thème de l'empreinte sensorielle prénatale et le développement du goût chez le jeune enfant.



Informations complémentaires : Présentations et résumés

<http://www.sge-ssn.ch/fr/toi-et-moi/la-ssn/calendrier>

La Société Suisse de Nutrition SSN

La SSN est l'organisation nationale de référence dans le domaine de l'alimentation. La SSN informe la population et les professionnels à l'aide de données scientifiquement fondées concernant l'alimentation. Elle compte plus de 7'000 membres et abonnés, dont la plupart sont des professionnels de la nutrition, de la formation ou de la santé ainsi que des consommateurs intéressés par les questions touchant à l'alimentation.

L'Info média de la SSN

La SSN propose l'Info média, un bulletin électronique adressé aux représentants des médias. Si vous souhaitez figurer sur notre liste de distribution, envoyez-nous un courrier électronique à l'adresse media@sge-ssn.ch. Les organes de presse peuvent également s'abonner gratuitement à la revue de l'alimentation Tabula de la SSN – www.tabula.ch, parution trimestrielle.

Service d'information Nutrinfo®

Les questions concernant l'alimentation peuvent être adressées directement au service d'information Nutrinfo®. Les professionnels de la SSN sont également à disposition pour des interviews ou la recherche de documentation ou d'experts.

Muriel Jaquet, Diététicienne diplômée

Tél. +41 31 385 00 08, lundi - vendredi, 8h30 – 12h00

nutrinfo-f@sge-ssn.ch, www.nutrinfo.ch

Contact

Société Suisse de Nutrition SSN

Christine Dudle-Crevoisier, Responsable communication

Tel +41 31 385 00 00

Email ch.dudle@sge-ssn.ch