

FICHE CONSEILS

LES TROUBLES DIGESTIFS DES BÉBÉS À L'OFFICINE

Les nourrissons souffrent très souvent de troubles digestifs, principalement de diarrhée, constipation, régurgitations, et coliques du nourrisson. Interlocuteur de proximité privilégié des jeunes parents, qui ont souvent besoin d'être rassurés, le pharmacien d'officine peut leur prodiguer des conseils et proposer certaines solutions.

01



Comprendre les besoins nutritionnels des nourrissons

- Savoir que le système digestif des nourrissons est encore immature. Son développement se poursuit au cours des premières semaines de vie et jusqu'à l'âge de 3 à 5 ans pour atteindre un développement identique à celui de l'adulte.
- Retenir que en conséquence, les besoins nutritionnels des nourrissons sont particuliers. Les besoins énergétiques sont notamment très importants pour accompagner la croissance très rapide du nourrisson : car au cours de la première année le poids de naissance double vers 4-5 mois et triple à 1 an. Bien respecter les besoins nutritionnels de bébé permet aussi d'éviter au maximum les troubles digestifs.

02



Savoir distinguer les différents types de lait possibles pour bébé

- Pour couvrir tous les besoins alimentaires et comprendre ce qui peut provoquer un trouble, il est essentiel de bien comprendre les options alimentaires possibles pour bébé.
- Retenir que le lait maternel est l'aliment idéal du nourrisson, dont il satisfait à lui seul les besoins nutritionnels pendant les 6 premiers mois de la vie. Ce lait se compose principalement de caséine et de protéines de lactosérum, de lipides et de glucides (lactose et oligosaccharides).
- Connaître les bénéfices du lait maternel : protection contre les infections, et à plus long terme prévention du surpoids, diminution du risque cardiovasculaire, réduction du risque d'asthme et bénéfices dans le développement psychomoteur, neurologique et cognitif.

03

Connaître les troubles principaux qui affectent les nourrissons



- Les régurgitations qui se caractérisent par l'expulsion soudaine d'une petite quantité de liquide gastrique par la bouche. Les régurgitations se distinguent des vomissements, sont très fréquentes et souvent bénignes. Il convient de bien distinguer les régurgitations « banales » d'un véritable reflux gastro-oesophagien pathologique.
- Savoir reconnaître les symptômes d'une diarrhée ou constipation, également fréquentes chez les bébés et insister sur l'hydratation.
- Les coliques du nourrisson : Leur prévalence varie de 10 à 30 %, selon les études et au-delà de l'inconfort digestif, leur caractéristique principale sont des pleurs excessifs avec une origine non élucidée.

04

Proposer des conseils adaptés aux parents



- Proposer des conseils sur la préparation et la prise des biberons : Expliquer que de bonnes conditions de préparation et de conservation des biberons permettent d'éviter les contaminations microbiennes pouvant engendrer des infections.
- Rappeler aux parents que la quantité de lait, dépend de l'âge et surtout des besoins du nourrisson, qui sont très variables. Ainsi des petites quantités de lait à un rythme plus fréquent sont parfois préférables au fait d'insister pour qu'il finisse entièrement son biberon en une fois.
- **Rappeler qu'il faut à tout prix éviter la déshydratation quitte à utiliser des solutions de réhydratation.**
- En fonction des troubles des nourrissons, il faut savoir quand proposer les traitements adaptés et quand orienter vers la consultation médicale. **Il s'agit notamment de consulter très rapidement son pédiatre en cas de troubles importants comme des diarrhées soudaines et qui persistent sur la durée et des vomissements.**

05

S'informer et de former en continu



- ANSES - alimentation du nourrisson
<https://www.anses.fr/fr/content/alimentation-du-nourrisson>
- Etude sur les troubles digestifs du nourrisson
<https://www.cairn.info/revue-spirale-2013-1-page-28.htm>

QUIZ

01

Durant le premier mois de vie, bébé doit normalement faire environ :

- A. 5 ou 6 tétées par jour
- B. 7 ou 8 tétées par jour
- C. Plus de 8 tétées par jour

02

Les régurgitations disparaissent normalement à partir de

- A. 3 mois
- B. 4 mois
- C. 6 mois

03

Les composantes du lait maternel en matière de glucides sont

- A. 90 % de lactose et 10 % d'oligosaccharides
- B. 70 % de lactose et 30 % d'oligosaccharides
- C. 80 % de lactose et 20 % d'oligosaccharides

04

La diversification alimentaire peut débuter :

- A. Vers 4-6 mois
- B. Vers 8 mois
- C. Vers un an

05

Lors de la grossesse, l'intestin primitif est identifiable :

- A. dès la 4^e semaine de vie intra-utérine
- B. dès la 6^e semaine de vie intra-utérine
- C. dès la 8^e semaine de vie intra-utérine

RÉPONSES

01. Réponse B - 02. Réponse C - 03. Réponse A
04. Réponse A - 05. Réponse A