

# NUTRI-doc

## Journée du CEDE: morceaux choisis

*Cette année encore, la journée de formation du Club européen des diététiciens de l'enfance (CEDE) fut riche d'enseignements. Deux interventions ont particulièrement retenu notre attention: l'une concernait ÉDEN, l'autre les enfants nés par césarienne.*

Le CEDE est une association européenne francophone dont l'objectif est de promouvoir la santé nutritionnelle de l'enfant. Créée en 1996, elle représente également la profession de diététicien pédiatrique par la reconnaissance de ses spécificités. Afin de maintenir son expertise, le CEDE organise des formations continues. Dans ce cadre, la 18<sup>e</sup> Journée du CEDE, qui s'est tenue le 21 mars 2014 à Nancy, était consacrée au thème « Autour de la naissance: impact de la nutrition sur la santé de la mère et de l'enfant ».

### ÉDEN sur la corpulence de l'enfant

L'ensemble de la littérature s'accorde sur l'existence d'une association positive entre corpulence de l'enfant et, à la fois, IMC maternel avant conception et gain de poids gestationnel excessif. L'influence des variations pondérales de la mère avant et pendant la grossesse sur la corpulence de l'enfant à la naissance et à 5 ans, moins étudiée, était l'objet de l'étude présentée par Madalina Jacota. Cette analyse – réalisée à partir de la cohorte ÉDEN commencée en 2003 et incluant 2002 femmes enceintes avant 24 semaines de grossesse – a concerné 900 couples mère-enfant. Les données anthropométriques montrent que quand la prise de poids annuelle de la mère avant grossesse augmente, le poids de naissance de l'enfant est

plus important, uniquement si la mère n'est pas en surcharge pondérale. À l'inverse, les données de l'enfant à 5 ans montrent que cette augmentation de la prise de poids de la mère avant conception ralentit la croissance post-natale de l'enfant (poids, taille et IMC).

Comme attendu, un gain de poids gestationnel plus important augmente le poids de l'enfant à la naissance. Mais lorsqu'il a 5 ans, seule l'adiposité serait augmentée en cas de gain de poids excessif ou insuffisant de la mère pendant la grossesse.

Enfin, quand la mère est en surcharge pondérale ou est obèse avant la conception, la corpulence et l'adiposité de l'enfant à la naissance et à 5 ans sont plus élevées quelles que soient les variations pondérales de la mère avant et pendant la grossesse. Seul l'IMC avant la grossesse compte alors, suggérant l'influence de déterminants génétiques et/ou liés au mode de vie familial.

### Naissance par césarienne: rétrospective

Le Dr Marc Bellaïche a rappelé dans une mise au point que morbidité respiratoire, détresse respiratoire et tachypnée transitoire font partie des risques encourus à court terme par l'enfant né par césarienne. Pour ces enfants, le risque d'hospitalisation pour bronchiolite avant l'âge de 12 mois est augmenté de 10 %. En

revanche, aucun lien n'a été établi entre naissance par césarienne et hospitalisation pour pneumonie.

Les impacts de la naissance par césarienne sur la santé de l'enfant ne se cantonnent pas aux infections respiratoires. Une augmentation de 80 % du risque de sensibilisation aux allergènes alimentaires a été observée chez des nourrissons nés par césarienne avec des antécédents allergiques familiaux et nourris au sein exclusivement pendant quatre mois. Le risque d'apparition d'une diarrhée est également majoré. En revanche, eczéma et coliques du nourrisson ne seraient pas plus fréquents. La composition et le déséquilibre du microbiote intestinal lié à la naissance par césarienne auraient-ils une influence à long terme chez l'enfant? Les données de la littérature ne s'accordent pas sur l'influence de la naissance par césarienne sur le risque allergique (rhinite, asthme, dermatite, sensibilisation alimentaire...) chez l'enfant à plus de dix ans de recul. Cependant, la mise en culture de la flore bactérienne intra-utérine pendant les césariennes pour près de 500 nouveau-nés montre que la présence de bactéries anaérobies et de certains streptococcus était associée à une plus grande fréquence de l'asthme chez l'enfant à l'âge de 15 à 17 ans qu'en l'absence de bactéries. À noter que plus que l'absence de bactéries, la présence de bifidobactéries ou de lactobacilles, à l'inverse, serait bénéfique.

*D'après les interventions de Madalina Jacota « Trajectoire pondérale de la mère avant grossesse. Influence sur la croissance de l'enfant » et du Dr Marc Bellaïche « Nouveau-nés par césarienne: implication à moyen et long terme ».*

## FLASHS

**Produits laitiers:  
bons pour les yeux**

*Le suivi de plus de 2000 sujets âgés de 49 ans et plus entre 1997 et 2009 dans le cadre de l'étude d'observation Blue Mountain Eye Study a permis d'établir un lien entre consommation de produits laitiers et risque de DMLA. Ainsi, une association inverse est observée entre consommation totale de produits laitiers et incidence de la DMLA de forme avancée. Une réduction de la consommation des produits laitiers allégés de même qu'une baisse des apports calciques alimentaires totaux sont corrélées avec une augmentation du risque de DMLA.*

Gopinath B, et al. *BJN* 2014.

Doi: 10.1017/S000711451300408X.

**Obésité aux États-Unis:  
les derniers chiffres**

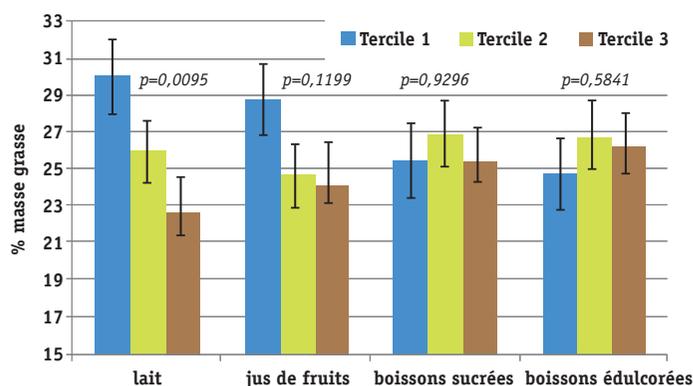
*L'étude NHANES 2011-12 donne les derniers chiffres pour l'obésité aux États-Unis: 8 % des enfants de moins de 2 ans sont en surpoids, 17 % des enfants et adolescents ainsi que 35 % des adultes sont obèses. Il n'y a pas d'évolution majeure entre 2003 et 2012 hormis une baisse significative de l'obésité chez les 2-5 ans (de 13,9 à 8,4 %) et une augmentation chez les femmes de 60 ans et plus (passage de 31,5 à 38,1 %). La prévalence de l'obésité aux États-Unis reste donc élevée et source d'inquiétudes.*

Ogden C, et al. *JAMA* 2014;3118:806-14.

**Boissons et surpoids à l'adolescence**

L'étude Framingham a permis d'analyser les liens entre boissons consommées pendant la petite enfance et surpoids à l'adolescence. Cent trois enfants américains ont été suivis (enquête alimentaire, données anthropométriques) pendant douze ans depuis 1987. L'étude a porté sur quatre types de boisson: lait nature ou aromatisé, jus de fruits, boissons sucrées et boissons édulcorées. La consommation de lait, qui représente 42 % du total des boissons consommées avant l'âge de 10 ans, diminue de moitié chez les 13-17 ans. La part des jus de fruits est également la plus importante dans la petite enfance. À l'inverse, celle des boissons sucrées passe de 23,5 % chez les 3-5 ans à 56 % à l'adolescence. La part des boissons édulcorées est négligeable.

**Boissons consommées à l'âge de 3 à 9 ans et masse grasse à 15-17 ans**



La masse grasse à l'adolescence est inversement corrélée à la consommation de lait pendant la petite enfance: 30 % pour les « petits » buveurs contre 22 % pour les plus forts consommateurs (figure). Les plus grands buveurs de jus de fruits pendant l'enfance ont un tour de taille inférieur en moyenne de 8 cm à l'adolescence. Les consommations de lait et de jus de fruits sont associées à une réduction des plis cutanés à l'adolescence. Aucun impact significatif n'est retrouvé avec les boissons sucrées ou édulcorées, contrairement à d'autres études.

Hasnain SR, et al. *Childhood Obesity* 2014;10; 8p. doi :10.1089/chi.2013.0004.

**Diabète en France: état des lieux**

En 2010, avec une prévalence estimée à 6 % (dont 92 % de diabète de type 2), le coût du diabète pris en charge à 100 % par la Sécurité sociale (SS) dans le cadre des affections longue durée (ALD) s'élève à 6,7 milliards d'euros. En 2007, le coût annuel par patient pour la SS varie entre 4890 euros (diabète de type 1) et 10400 euros pour le diabète 2 traité par insuline.

Les diabétiques ont en moyenne 65 ans, 54 % sont des hommes et 23 % sont des immigrants. Le taux de diabète dépisté augmente après 45 ans, mais le diagnostic se fait majoritairement sur des signes cliniques. Suivis pour la plupart par leur médecin traitant, en 2007, seuls 10 % des patients ont vu un spécialiste et 20 % ont vu un diététicien, dont la consultation n'est pas remboursée. De même, une consultation chez le podologue n'est prise en charge qu'en cas de lésions de grade 2 ou 3. Le dépistage non optimal des complications augmente les coûts de la maladie: près du quart des patients dialysés en France sont diabétiques (le plus fort taux d'Europe). Seuls 2 % des patients avaient une prise en charge conforme aux recommandations. Historiquement, le système de santé visait la prise en charge des maladies aiguës. L'augmentation des maladies chroniques oriente aujourd'hui les programmes nationaux vers la prévention, l'éducation thérapeutique du patient et l'optimisation de son parcours de soins.

Chevreur K, et al. *Globalization and Health* 2014;10:6.

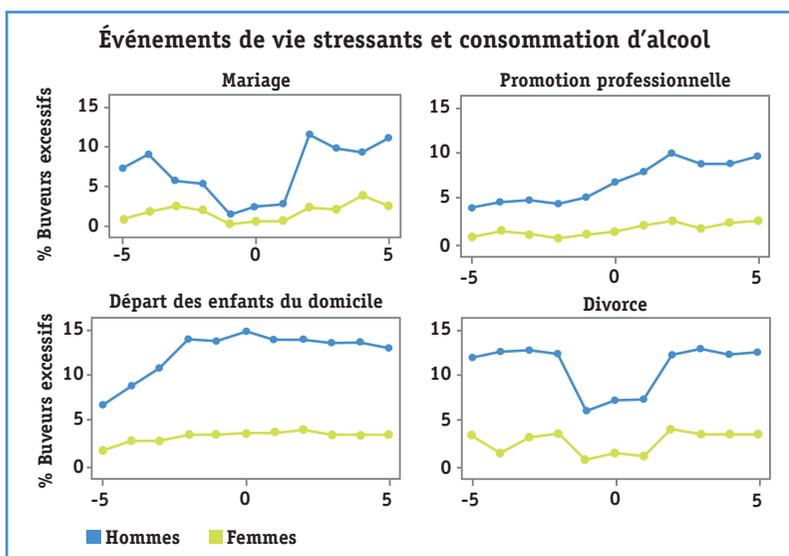
## États-Unis: changement de régime?

Ce rapport s'appuie sur l'étude NHANES comparant les consommations et comportements alimentaires de près de 10000 Américains nés entre 1946 et 1985 sur trois périodes: 2005-2006, 2007-2008 et 2009-2010, soit avant, pendant et après la grande récession. Entre 2005 et 2010, la qualité de leur alimentation s'est améliorée: les apports journaliers de cholestérol ont baissé de 24 mg et ceux en fibres ont augmenté de 1,2 g. Malgré la hausse des prix, leurs dépenses alimentaires entre 2006 et 2009 chutent de 5 %, du fait surtout de la baisse de 13 % des dépenses en restauration hors domicile (RHD). Les apports journaliers ont diminué en moyenne de 78 kcal, et la part des calories liées à la RHD a baissé de 5 % (sur une base de 35 % en 2005). Cette désaffection des restaurants et fast-foods pèserait pour moins de 20 % dans l'amélioration de la qualité de l'alimentation. D'autres facteurs seraient en jeu. En effet, en 2010, les Américains sont plus nombreux à penser qu'on ne naît pas obèse ou mince et que le comportement de chacun influe sur sa prise de poids. Par ailleurs, 42 % des adultes en âge de travailler et 57 % des plus âgés (contre respectivement 34 et 51 % en 2007) utilisent les informations nutritionnelles sur les emballages pour faire des achats plus sains. Cette prise de conscience ainsi que leur nouvel engouement pour le repas en famille et la cuisine maison laissent entrevoir une amélioration durable de l'alimentation des Américains.

USDA. *Economic Research Report* n° 161 - Janvier 2014.  
[www.ers.usda.gov/publications/err-economic-research-report/err-161.aspx](http://www.ers.usda.gov/publications/err-economic-research-report/err-161.aspx)

## Le stress fait-il boire?

L'impact de huit événements de vie stressants (EVS) sur la consommation d'alcool a été étudié: mariage, divorce, investissement financier, départ des enfants de la maison, veuvage, décès d'un être cher, promotion professionnelle, et retraite. Ainsi, l'enquête a concerné 20 000 employés d'EDF-GDF consommateurs habituels de boissons alcoolisées, âgés de 35 à 50 ans dans les années 1990 (cohorte GAZEL) cinq ans avant et cinq ans après l'EVS.



Le pourcentage de buveurs excessifs est toujours plus élevé chez les hommes. Mariage et divorce ont une influence positive mais temporaire: l'excès d'alcool diminue mais repart à la hausse l'année suivante.

Globalement, lorsque l'EVS est attendu (investissement et départ des enfants par exemple), la consommation excessive augmente avant et se stabilise après. On observe la même tendance chez l'homme uniquement en cas de promotion et de départ en retraite. Pour les femmes, le veuvage réduit les excès d'alcool.

Tamers SL, et al. *Plos One* 2014;9:e87653.

## FLASHS

### SU.FOL.OM3

*Après SU.VI.MAX, SU.FOL.OM3 est un essai d'intervention en prévention secondaire, conduit entre 2003 et 2009 en France, et visant à évaluer l'intérêt d'une supplémentation (à doses nutritionnelles) en folates, vitamines B6 et B12 et/ou en acides EPA et DHA dans la prévention de la récurrence des pathologies ischémiques (AVC, infarctus du myocarde, angor instable). Après trois ans de suivi d'un peu plus de 2000 individus, l'intérêt escompté n'est pas mis en évidence. En revanche, de potentiels effets secondaires sont observés mais demandent à être confirmés par d'autres études.*

Andreeva VA, et al. *Plos One* 2014;9:e84844.

## INFOS CONGRÈS

- Journées d'études AFDN, 5-7 juin, Marseille, [www.afdn.org](http://www.afdn.org)
- Entretiens de nutrition de l'Institut Pasteur, 12-13 juin, Lille, [marie-francoise.tahon@pasteur-lille.fr](mailto:marie-francoise.tahon@pasteur-lille.fr)
- Colloque Cerin, 18 juin, en live stream, « protéines et sport », [www.cerin.org/colloque/parlons-nutrition-en-live-stream-le-18-juin.html](http://www.cerin.org/colloque/parlons-nutrition-en-live-stream-le-18-juin.html)
- Journées de printemps de la SFNEP, Paris, 19-20 juin, [contact@journesdeprintemps.com](mailto:contact@journesdeprintemps.com)
- Journée de l'athérosclérose, Biarritz, 21 juin, [www.nsfa.asso.fr/chercheurs/congres/2eme-journees-dietetique-conjointe-nsfaafdn](http://www.nsfa.asso.fr/chercheurs/congres/2eme-journees-dietetique-conjointe-nsfaafdn)

## ARS : bilan

Dans un rapport publié en mars 2014, la mission d'évaluation et de contrôle de la sécurité sociale (Mecss) du Sénat dresse un bilan mitigé du fonctionnement des agences régionales de santé (ARS). La Mecss estime que si les missions transférées aux ARS ont été remplies sans rupture, une précipitation certaine a prévalu dans la phase de démarrage, expliquant certaines difficultés notamment en termes de gestion des ressources humaines. Toutes les conséquences de la création des ARS n'ont pas été tirées : l'administration centrale n'a pas été réformée et ses méthodes de travail reposent toujours sur une vision prescriptive, au détriment de la fixation d'objectifs stratégiques à remplir par l'échelon régional. La Mecss préconise en outre de simplifier et de rendre plus efficace l'exercice des missions des ARS.

<http://www.senat.fr/notice-rapport/2013/r13-400-notice.html>

## UTNC : bilan

Le bilan des unités transversales de nutrition clinique (UTNC) s'appuie sur l'expérimentation conduite de 2008 à 2011 par 8 d'entre elles. La mobilisation des professionnels autour d'un objectif d'amélioration de la politique nutritionnelle en établissement de santé permet la mise en place de bonnes pratiques autour du dépistage et de la prise en charge des troubles nutritionnels, en particulier la dénutrition. La DGOS a confié aux équipes la responsabilité de produire une synthèse à l'usage de tous les établissements de santé qui souhaitent renforcer leur politique nutritionnelle ou organiser une activité transversale de nutrition clinique.

<http://www.sante.gouv.fr/la-nutrition-en-etablissement-de-sante.html>

## Distribution de fruits et de lait à l'école

La Commission européenne a publié une proposition de regrouper deux programmes actuellement séparés : l'un en faveur de la consommation de fruits à l'école et l'autre en faveur de celle de lait. Dans le contexte actuel d'une baisse de la consommation de ces produits chez les enfants, l'objectif est de lutter plus efficacement contre une mauvaise alimentation, de renforcer les aspects éducatifs des programmes et de contribuer à la lutte contre l'obésité. Sous le slogan « Manger sain pour

se sentir bien », ce programme renforcé, conçu sur le modèle « de la ferme à l'école », mettra l'accent sur des mesures éducatives visant à sensibiliser davantage les enfants aux habitudes alimentaires saines, à la large gamme de produits agricoles disponibles, ainsi qu'aux questions relatives à la durabilité, à l'environnement et aux déchets alimentaires.

[http://europa.eu/rapid/press-release\\_IP-14-94\\_fr.htm?locale=en](http://europa.eu/rapid/press-release_IP-14-94_fr.htm?locale=en)  
[http://europa.eu/rapid/press-release\\_MEMO-14-69\\_fr.htm?locale=en](http://europa.eu/rapid/press-release_MEMO-14-69_fr.htm?locale=en)

## Corpulence des ados français

Dans le cadre des enquêtes triennales de santé en milieu scolaire, la Direction de la recherche, de l'évaluation et des statistiques (DREES) a publié les résultats de 2009 concernant les élèves de 3<sup>e</sup> : 18 % sont en surcharge pondérale dont 4 % en situation d'obésité. La stabilisation de la prévalence de la surcharge pondérale, le recul du nombre de dents cariées ou encore la progression des taux de couverture vaccinale signent une amélioration des indicateurs de santé des adolescents recueillis dans le cadre des enquêtes de santé en milieu scolaire entre 2004 et 2009.

<http://www.drees.sante.gouv.fr/la-sante-des-adolescents-scolarises-en-classe-de-troisieme,11247.html>

## Alcool chez les 13-24 ans

L'ensemble des études s'accorde sur une consommation d'alcool en baisse des jeunes, comme leurs aînés, et qui reste dans la moyenne européenne. En revanche, les études pointent une augmentation des ivresses ou consommations ponctuelles importantes et la diminution de l'écart de consommation entre garçons et filles, ces dernières buvant plus qu'auparavant. Chez les mineurs, l'argent de poche favorise une consommation abusive. Plus tard, c'est le statut occupé (travail ou études) qui pondère la consommation. À somme d'argent disponible équivalente, la probabilité d'être non consommateur est plus élevée chez les étudiants que chez les jeunes actifs. Par ailleurs, la somme d'argent disponible chaque mois est significativement associée à l'expérience de l'ivresse.

[www.irdes.fr/recherche/questions-d-economie-de-la-sante/192-les-jeunes-et-l-alcool-evolution-des-comportements-facteurs-de-risque-et-elements-protecteurs.pdf](http://www.irdes.fr/recherche/questions-d-economie-de-la-sante/192-les-jeunes-et-l-alcool-evolution-des-comportements-facteurs-de-risque-et-elements-protecteurs.pdf)

## SÉLECTIONNÉS POUR VOUS

### Trois légumineuses (pois chiche, lentille, fève) : de l'Antiquité à nos jours

Maurice V, Basaran S. *NAFAS* 2013;11:25-59.

Un véritable cours de diététique sur ces 3 légumineuses : description, histoire, utilisation et facteurs antinutritionnels, propriétés nutritionnelles et rôle dans la prévention de certaines pathologies.

### Le curcuma, une poudre d'or pour les chercheurs

Sincholle D. *Prat Nutr* 2014;37:41-6.

Utilisé depuis longtemps en cuisine, mais aussi en tant que colorant ainsi qu'en médecine traditionnelle, le curcuma contient des polyphénols, regroupés sous le terme de curcumine, dotés de puissantes propriétés anti-oxydantes. L'article fait le point sur les possibilités d'utilisation du curcuma dans la prévention voire le traitement de certaines maladies.

### Malabsorption et intolérance au lactose chez l'adulte

Dainese-Plichon R, et al. *Nutr Clin Metabol* 2014.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.nupar.2013.12.002>

Nouveau point sur cette maladie : mécanismes, diagnostic et traitement. L'auteur insiste sur l'importance d'un suivi diététique, souhaitable, afin de ne pas méconnaître d'éventuelles carences nutritionnelles, notamment calciques.

### Alimentation, pesticides et pathologies neurologiques

Juricek L, Coumoul X. *Cah Nutr Diét* 2014.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.cnd.2014.02.002-->

Une expertise Inserm récente fait le point sur les risques pour la santé d'une exposition aux pesticides. Cette revue présente les mécanismes en cause, ainsi que la problématique des expositions précoces (*in utero*, enfance).