

Enquête sur l'alimentation du nouveau-né dans Lanaudière, 2003-2004

Agence de la santé
et des services sociaux
de Lanaudière
Québec

Par André Guillemette
et Dalal Badlissi



Fascicule 8

L'introduction aux solides, aux jus et au lait de vache durant les six premiers mois de vie du nouveau-né

Préambule

Dès leurs premiers instants de vie, la plupart des nourrissons lanaudois sont alimentés au sein et une minorité sont nourris au biberon, soit avec du lait artificiel. Au fil des mois et au gré des croyances parentales, des cultures, des pratiques familiales ou des recommandations de proches ou de professionnels de la santé, l'alimentation des nouveau-nés se diversifie avec l'introduction progressive des solides (légumes, fruits et viandes), des jus et du lait de vache.

Quelle proportion de nourrissons consomment des solides, du jus ou du lait de vache à quatre ou six mois ? Le calendrier d'introduction des solides, des jus et du lait de vache est-il lié aux caractéristiques des mères ? Est-il associé aux différents modes d'alimentation du bébé ? Ce huitième fascicule présentant les résultats de l'*Enquête sur l'alimentation du nouveau-né dans Lanaudière, 2003-2004* propose des réponses à ces questions.

Une introduction hâtive aux solides

Dès l'âge de quatre mois, l'enquête révèle que sept nourrissons sur dix (70,6 %) consomment déjà des céréales. Toujours au même âge, un peu plus du tiers mangent des légumes (36,5 %) et le cinquième des fruits (19,1 %). La consommation de viandes

(2,1 %), de jus (4,9 %) et de lait de vache (1,2 %) demeure cependant peu répandue (figure 1). Retenons néanmoins que, jusqu'à tout récemment, il était recommandé de ne pas donner aux nourrissons des légumes, des fruits, de la viande, du jus et du lait de vache avant qu'il ait atteint l'âge de quatre ou neuf mois, selon le type d'aliment (Doré et Le Hénaff, 2004). Depuis 2006, il est recommandé par les experts en périnatalité d'introduire les aliments solides à partir de six mois et pas avant neuf mois pour le lait de vache (Doré et Le Hénaff, 2006).

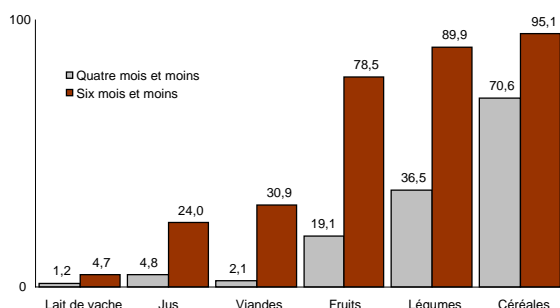
À six mois, la presque totalité des bébés prennent des céréales (95,1 %) ou des légumes (89,9 %), et c'est plus des trois quarts (78,5 %) qui mangent des fruits. La consommation de viandes (30,9 %) et de jus (24,0 %) devient, à six mois, nettement plus répandue qu'à quatre mois, alors que celle du lait de vache demeure encore marginale (4,7 %).

UNE BRÈVE PRÉSENTATION DE L'ENQUÊTE

L'*Enquête sur l'alimentation du nouveau-né dans Lanaudière, 2003-2004* a débuté le 1^{er} septembre 2003 par l'envoi d'un questionnaire aux Lanaudoises ayant un enfant âgé de six mois et elle s'est poursuivie jusqu'au 31 août 2004. Durant cette collecte de données, 3 020 questionnaires ont été postés aux Lanaudoises. De ce nombre, 1 647 questionnaires ont été retournés complétés pour un taux de réponse de 54,5 %.

L'enquête visait à établir le niveau de satisfaction des mères face à l'information et aux services reçus durant la période périnatale au regard de l'allaitement et à connaître les caractéristiques du mode d'alimentation des nourrissons. Des représentants de Nourri-Source Lanaudière, des CSSS missions CLSC et CH et de la Direction de santé publique et d'évaluation de Lanaudière ont activement participé à la conception et à la réalisation de l'enquête.

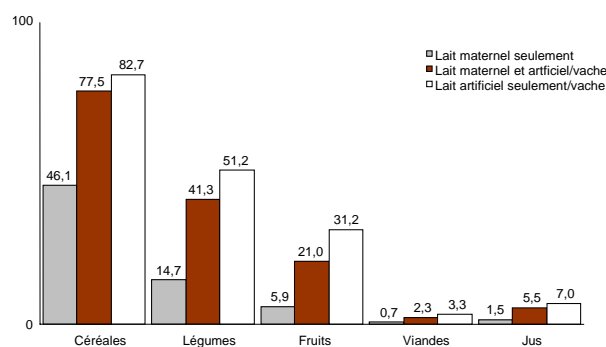
Figure 1 Nouveau-nés ayant commencé à prendre des solides, du jus ou du lait de vache à l'âge de quatre mois et moins et de six mois et moins, Enquête sur l'alimentation du nouveau-né dans Lanaudière, 2003-2004 (en %)



Un calendrier d'introduction aux solides et aux jus moins précoce pour les bébés allaités

Qu'importe le type d'aliments solides considéré, les nourrissons allaités jusqu'à l'âge de six mois sont, toutes proportions gardées, moins nombreux à consommer hâtivement (à quatre mois ou moins) des céréales, des légumes, des fruits ou de la viande comparativement aux bébés nourris en partie ou seulement avec du lait artificiel (figure 2). Ainsi, moins de la moitié (46,1 %) des nouveau-nés allaités seulement au lait maternel consomment des céréales à l'âge de quatre mois comparativement à 77,5 % pour ceux qui ont du lait maternel et artificiel (ou de vache) et 82,7 % pour ceux qui sont nourris au lait artificiel seulement (ou de vache). Les écarts observés entre les pourcentages de consommateurs varient environ du simple au triple pour les légumes, du simple au quintuple pour les fruits et du simple au quadruple pour les viandes et les jus.

Figure 2 Nouveau-nés ayant commencé à prendre des solides ou du jus à l'âge de quatre mois ou moins selon le mode d'alimentation durant leurs six premiers mois de vie, Enquête sur l'alimentation du nouveau-né dans Lanaudière, 2003-2004 (en %)



Même si les écarts y sont moins nets, notons que les nourrissons alimentés avec du lait maternel et du lait artificiel avant l'âge de six mois semblent être, en proportions, moins nombreux à consommer des solides et du jus précocement que les bébés qui ont eu seulement du lait artificiel.

Une consommation de céréales, de légumes et de fruits qui varie selon les caractéristiques des mères

Les nourrissons dont la mère est âgée de 30 ans et plus ou qui a fait des études postsecondaires (collégiales ou universitaires) sont, toutes proportions gardées, moins nombreux à consommer des céréales à l'âge de quatre mois ou moins (différences statistiquement significatives). Ainsi, la proportion de consommateurs de céréales se chiffre à 65,5 % pour les bébés dont la mère à 30 ans et plus comparativement à 74,5 % pour les autres nouveau-nés. En prenant en considération la scolarité, le taux varie de 66,2 % à 77,7 % (figure 3). Quoique non significatives au plan de la statistique, des différences similaires semblent exister entre les nourrissons dont la mère profite d'un revenu annuel familial de 40 000 \$ et plus et les bébés dont la mère à un revenu de moins de 40 000 \$.

LE CALENDRIER D'INTRODUCTION AUX SOLIDES ET AUX JUS

Le guide *Mieux vivre avec notre enfant de la naissance à deux ans* produit par l'Institut national de santé publique du Québec (Doré et Le Hénaff, 2006) propose, pour les nouveau-nés allaités ou nourris au lait artificiel, le calendrier d'introduction aux solides en trois étapes :

- Étape 1 : vers l'âge de six mois pour les céréales, donner une seule sorte de céréales à la fois en commençant par le riz ou l'orge.
- Étape 2 : quelques jours après avoir commencé les céréales, passer aux légumes et aux fruits en purée.
- Étape 3 : entre l'âge de six à sept mois, introduire au moins une sorte de viande en purée.

Il importe de retenir que le même guide souligne que l'allaitement exclusif (sans solides, sans jus et sans lait artificiel ou de vache) contribue amplement à combler les besoins des nourrissons au moins jusqu'à l'âge de six mois.

Depuis 2006, le guide recommande un calendrier d'introduction aux aliments complémentaires identique pour les nouveau-nés allaités ou nourris au lait artificiel. Toujours depuis 2006, le même guide propose, à partir de l'âge de six mois, un calendrier plus rapide d'introduction aux aliments complémentaires.

Figure 3 Nouveau-nés ayant commencé à prendre des céréales à l'âge de quatre mois ou moins selon certaines caractéristiques des mères, Enquête sur l'alimentation du nouveau-né dans Lanaudière, 2003-2004 (en %)

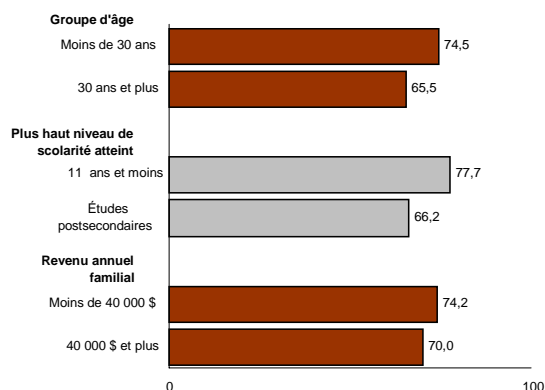
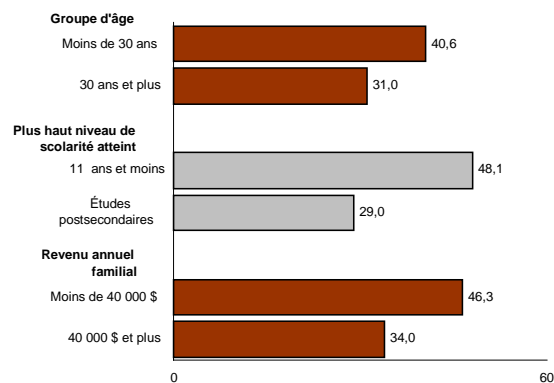
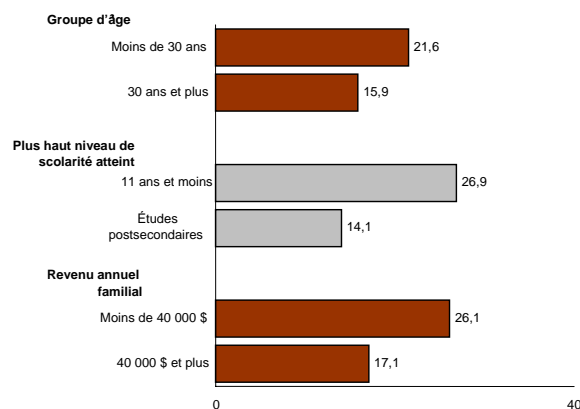


Figure 4 Nouveau-nés ayant commencé à prendre des légumes à l'âge de quatre mois ou moins selon certaines caractéristiques des mères, Enquête sur l'alimentation du nouveau-né dans Lanaudière, 2003-2004 (en %)



La consommation précoce (à quatre mois ou moins) de légumes et de fruits chez les nouveau-nés présente des variations similaires selon les caractéristiques de leurs mères (figures 4 et 5). Les écarts entre les différents groupes de nourrissons sont statistiquement significatifs pour l'âge des mères, leur scolarité et leur niveau de revenu. À chaque fois, les bébés dont la mère est plus âgée, plus scolarisée ou mieux nantie financièrement affichent un calendrier d'initiation aux légumes (environ trois sur dix contre quatre ou cinq sur dix) ou aux fruits (environ un sur six contre près du quart) moins hâtif, donc plus conforme aux recommandations des experts en périnatalité.

Figure 5 Nouveau-nés ayant commencé à prendre des fruits à l'âge de quatre mois ou moins selon certaines caractéristiques des mères, Enquête sur l'alimentation du nouveau-né dans Lanaudière, 2003-2004 (en %)



COMPARAISON AVEC DES DONNÉES QUÉBÉCOISES

Selon les résultats de l'Étude longitudinale du développement des enfants du Québec (ÉLDEQ 1998-2002), 58,1 % des nourrissons québécois consomment des céréales avant l'âge de quatre mois. Cette proportion se chiffre à 26,5 % pour les légumes, 18,8 % pour les fruits, 10,7 % pour les jus de fruits et 1,4 % pour les viandes (Dubois et autres, 2000).

Toujours selon les résultats de l'ÉLDEQ 1998-2002, l'introduction hâtive (avant l'âge de quatre mois) aux aliments solides serait moins fréquente parmi les immigrantes, les mères âgées de 30 ans et plus, celles qui sont plus scolarisées ou qui ne fument pas.

Le calendrier d'introduction des viandes, des jus et du lait de vache semble également être moins précoce chez les nouveau-nés dont la mère a 30 ans et plus, a fait des études collégiales ou universitaires ou déclare un revenu annuel familial de 40 000 \$ et plus. Toutefois, principalement en raison des faibles nombres considérés, aucune différence entre les proportions n'est jugée statistiquement significative.

Constats

- ◆ Une part appréciable de nouveau-nés Lanaudois consomment des céréales, des légumes et des fruits bien avant l'âge recommandé par les spécialistes en périnatalité.
- ◆ Quoique moins nombreux en proportion, il y a aussi des nourrissons qui sont déjà nourris en partie avec de la viande, du jus ou du lait de vache avant d'atteindre l'âge de six mois.
- ◆ Le calendrier de consommation des solides et des jus est beaucoup moins précoce chez les nouveau-nés qui sont allaités.
- ◆ Les bébés dont la mère est âgée de 30 ans et plus, qui a fait des études postsecondaires ou qui déclare un revenu annuel familial de 40 000 \$ et plus profitent d'un calendrier d'introduction des céréales, des légumes et des fruits plus tardif que celui des autres nourrissons.
- ◆ Il faut toutefois noter que les proportions de nourrissons qui consomment des céréales, des légumes et des fruits et dont la mère est plus âgée, plus scolarisée ou plus aisée financièrement demeurent malgré tout élevées à l'âge de quatre mois.

Suggestions

- ◆ Insister auprès des professionnels de la santé et de la population Lanaudoise sur le fait que le lait maternel comble amplement les besoins nutritionnels du nourrisson durant ses six premiers mois de vie. Rappeler que l'Organisation mondiale de la santé (OMS) et l'UNICEF recommande de donner uniquement du lait maternel au bébé de la naissance à six mois (Doré et Le Hénaff, 2006).
- ◆ Insister sur le fait qu'avant l'âge de six mois, le nourrisson n'est pas suffisamment développé pour manger des aliments solides. Il ne produit pas suffisamment de salive, sa coordination neuromusculaire est déficiente, son réflexe de succion est trop fort (sa langue repousse les aliments solides), il ne peut pas se maintenir en position assise, etc. (Doré et Le Hénaff, 2006).
- ◆ Informer les professionnels de la santé et la population Lanaudoise du contenu des récentes recommandations du guide *Mieux vivre avec notre enfant de la naissance à deux ans* quant au calendrier d'introduction des aliments complémentaires à partir de l'âge de six mois pour les bébés allaités ou nourris au lait artificiel.

- ◆ Distribuer aux mères une version mise à jour du calendrier relatif à l'introduction des aliments complémentaires et leur rappeler que le lait maternel demeure, jusqu'à l'âge de six mois, l'aliment de base le plus important pour le nourrisson.

Références bibliographiques

DORÉ, Nicole, et Danielle LE HÉNAFF. *Mieux vivre avec notre enfant de la naissance à deux ans. Édition 2005. Guide pratique pour les mères et les pères*, Québec, Institut national de santé publique du Québec, 2004, 480 p.

DORÉ, Nicole, et Danielle LE HÉNAFF. *Mieux vivre avec notre enfant de la naissance à deux ans. Édition 2006. Guide pratique pour les mères et les pères*, Québec, Institut national de santé publique du Québec, 2006, 496 p.

DUBOIS, Lise et autres. *L'alimentation du nourrisson dans Étude longitudinale du développement des enfants du Québec (ÉLDEQ 1998-2002)*, vol. 1, n° 5, Québec, ISQ, 2000, 52 p.

La réalisation de cette enquête a été rendue possible en partie grâce à une subvention conjointe du MSSS et de l'Agence de la santé et des services sociaux de Lanaudière dans le cadre du Programme de subventions en santé publique.

Auteurs : André Guillemette, agent de planification, de programmation et de recherche et Dalal Badliissi, médecin-conseil

Codification et saisie des données : Mélanie Renaud, technicienne en recherche psychosociale

Traitement et extraction des données : Christine Garand et Josée Payette, techniciennes en recherche psychosociale

Mise en pages : Johanne Laporte, secrétaire

Conception graphique : Josée Payette, technicienne en recherche psychosociale

Comité de lecture : Élisabeth Cadieux, Marie-Josée Charbonneau, Christine Garand, Josée Payette et Mélanie Renaud

Cote Santécom : 14-2006-016

Dépôt légal : premier trimestre 2006

ISBN : 2-89475-302-0

Bibliothèque nationale du Canada

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

Ce document peut être reproduit sans autorisation si la source est mentionnée. Les personnes désirant obtenir le questionnaire de l'enquête ou tout renseignement additionnel peuvent communiquer avec les auteurs au 450 759-1157, au 1 800 668-9229 ou aux adresses électroniques suivantes :
andre_guillemette@ssss.gouv.qc.ca
et dalal_badliissi@ssss.gouv.qc.ca.