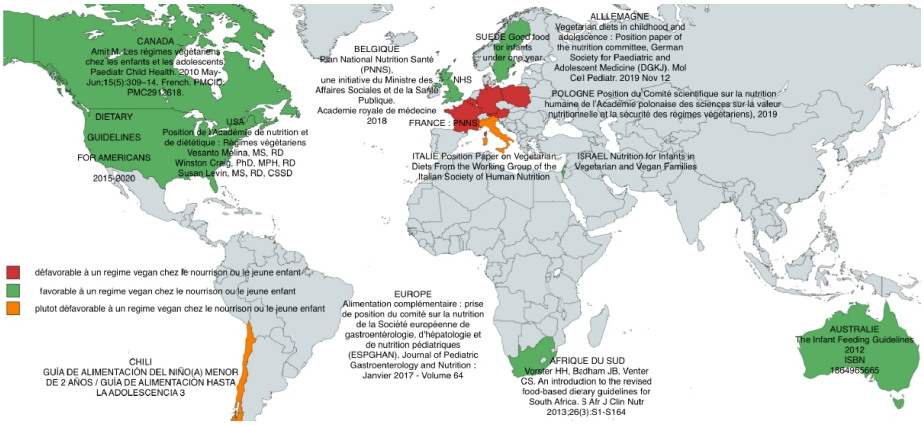
Poster - Diversification Végan chez le bébé allaité, que disent les études ?

Poster proposé lors de la Journée Régionale de l’Allaitement maternel 2022 par Marie-Xavier Laporte

(Cliquez sur l'image pour agrandir le poster)



Diversification Végan chez le bébé allaité, que disent les études ?

Contexte : peu de professionnels de santé sont formés aux alimentations végétales et certains montrent une certaine **hostilité** à ces régimes face aux patients, les repoussant vers d'autres sources d'information, voire des pseudo-sciences.

Objectifs: observer la littérature afin d'évaluer les risques réels encourus par les familles.

Consensus : les scientifiques s'accordent à dire qu'un régime Végan doit être correctement planifié et supervisé. **La prise de vitamines B12 est indispensable par la mère allaitante et le bébé après 6 mois**. De même, il est recommandé d'évaluer la prise d'autres compléments en fonction de l'alimentation. **Les études sont très insuffisantes pour conclure.**

Résultats : La littérature rapporte de nombreux case-reports où les enfants sont allaités exclusivement après 6 mois, où les mères n'ont pas pris de compléments pendant la grossesse et/ou l'allaitement, où les enfants ne sont pas complémentés à partir de 6 mois.

Aucun cas grave retrouvé hors pathologie préexistante d'un enfant alors que lui et sa mère sont correctement complémentés et la diversification entreprise à temps.

Méthode : 54 études analysées après des recherches sur pubmed avec les mots clés « weaning » « complementary feeding » « breastfeeding » « vegan »

Travail effectué dans le cadre d'un mémoire du DU Alimentations végétales de l'université de médecine de La Sorbonne
par Marie-Xavier LAPORTE septembre 2022
Contact :cabinetdietetiquebellecour@gmail.com

Sources :

Marie-Xavier Laporte est infirmière, diététicienne et consultante en lactation titulaire du DIULHAM. Elle était présidente d'IPA au moment de la JRA 2022.
Ce poster est issu d'un travail personnel réalisé dans le cadre du DU alimentation végétales de l'université de médecine de La Sorbonne.