



ALIMENTATION BIO et santé de l'enfant

Les recommandations françaises encouragent la consommation de fruits, légumes et légumineuses issus de productions agricoles réduisant l'exposition aux pesticides, pour les femmes enceintes ou allaitantes mais également pour les nourrissons. La consommation d'aliments bio est ainsi conseillée à cette période sensible de la vie. Par ailleurs, les jeunes enfants sont particulièrement sensibles aux composés présents dans leur environnement, notamment les pesticides, ces derniers pouvant être des perturbateurs endocriniens (des molécules qui perturbent le fonctionnement des hormones). Ainsi, l'alimentation du commerce destinée aux enfants de moins de 3 ans, qu'elle soit bio ou non, est soumise à une réglementation européenne très stricte qui limite la teneur maximale en résidus de pesticides dans ces produits. Pourtant, les études se penchant sur la consommation d'aliments bio durant la période périnatale sont encore peu nombreuses.

Certaines études suggèrent des bénéfices potentiels, pour la santé de l'enfant, de la consommation de produits bio durant la grossesse et lors de la diversification¹, notamment du point de vue des allergies, mais le niveau de preuve reste faible. **Chez l'adulte, la consommation de produits bio est associée à un risque plus faible d'obésité,** indépendamment des facteurs tels que le statut socio-économique ou l'équilibre du régime alimentaire. Mais cet aspect a été peu étudié chez l'enfant.

Le projet InfaDiet vise à mieux explorer ces liens entre alimentation bio, pendant la grossesse et lors de la diversification, et la santé de l'enfant.

Ces analyses tiennent compte des caractéristiques des familles (statut socio-économique, tabagisme de la mère, corpulence et antécédents allergiques des parents...).

QUELS ENFANTS consomment des produits bio ?



Au sein du groupe étudié (cohorte ELFE)

- > Environ 1 enfant sur 2 n'a jamais consommé d'aliments bio pendant la diversification alimentaire et 1 enfant sur 4 en consomme « souvent » ou « toujours ».
- > 1 femme sur 3 n'a jamais consommé bio pendant sa grossesse, mais 1 femme sur 10 en a consommé quotidiennement.

Il est important de considérer les caractéristiques de la famille et les pratiques d'alimentation (durée de l'allaitement et âge de la diversification notamment), pour étudier les effets de l'alimentation bio sur la santé et le développement des enfants.

Les enfants qui consomment « souvent » ou « toujours » des aliments bio pendant la diversification :

- > sont issus de mères :
 - plus âgées,
 - avec de plus hauts niveaux d'études ou de revenus,
 - avec un IMC² plus faible avant la grossesse,
 - qui ont arrêté de fumer avant la grossesse ou en tout début de grossesse,
 - avec une alimentation plus proche des recommandations nationales pendant la grossesse,
 - qui ont choisi le mode d'alimentation du nouveau-né (allaitement ou lait infantile) pour la santé de l'enfant plus que pour des questions pratiques ;
- > sont allaités plus longtemps et diversifiés plus tardivement ;
- > sont, plus souvent, issus de familles avec des antécédents d'allergie (un des parents ou un membre de la fratrie) ;
- > ont eux-mêmes plus souvent des antécédents d'allergie (allergie aux protéines de lait de vache ou eczéma) avant la diversification alimentaire (rapportés à 2 mois).



LIENS AVEC LES ALLERGIES

La consommation d'aliments bio lors de la diversification alimentaire n'est pas liée au risque d'infections respiratoires ou d'eczéma jusqu'à 5,5 ans.



PAS DE LIEN avec la santé respiratoire et les affections cutanées

La consommation fréquente d'aliments bio pendant la diversification alimentaire est associée à un risque d'allergies alimentaires plus élevé.

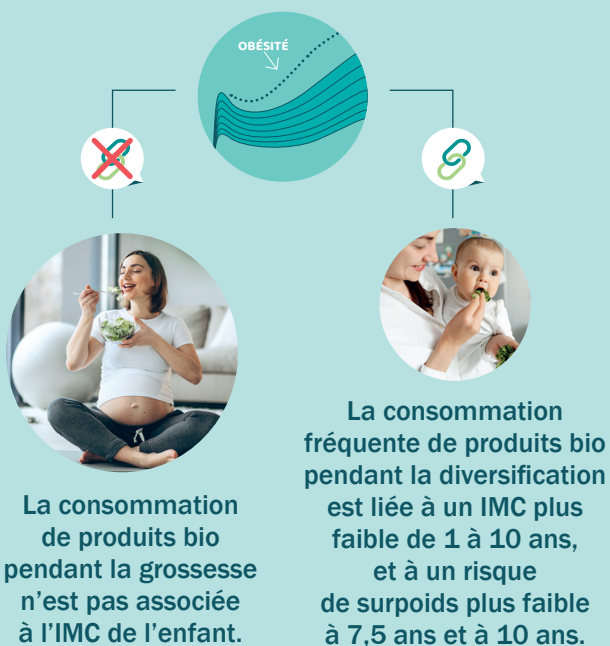
À l'inverse, la consommation d'aliments infantiles est liée à un risque plus faible d'allergies alimentaires.

Ce point allant à l'encontre de l'hypothèse initiale, il mérite de plus amples recherches pour consolider ce résultat et y trouver une explication.



PLUS d'allergies alimentaires

LIENS AVEC LA CROISSANCE ET L'IMC

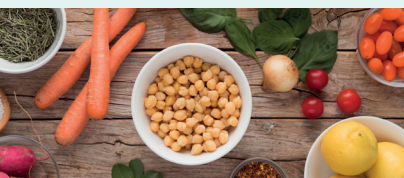


LIENS AVEC LE NEURODÉVELOPPEMENT

Une alimentation bio pendant la grossesse, quelle que soit la consommation de l'enfant pendant la diversification alimentaire, est liée à des scores globaux de neurodéveloppement plus élevés jusqu'à 5,5 ans. Elle est aussi liée à de meilleures performances en lecture et en mathématiques à 6 ans.



MEILLEURS scores de neurodéveloppement, performances de lecture et de mathématiques



NOTES

1. Introduction, dans les repas de l'enfant, d'aliments autres que le lait
2. Indice de masse corporelle
3. Étude de cohorte généraliste menée en France sur les déterminants pré- et postnataux précoces du développement psychomoteur et de la santé de l'enfant
4. Étude longitudinale française depuis l'enfance

Ces résultats sont issus du projet de recherche collaboratif InfaDiet, qui étudie l'influence de l'alimentation du nourrisson (allaitement, laits infantiles, diversification, aliments bio) sur la santé de l'enfant quelques années plus tard.



Deux cohortes de naissances françaises, EDEN³ et ELFE⁴



Mise en évidence d'associations, mais pas nécessairement de liens de cause à effet



Avancées pertinentes pour faire progresser les recommandations nutritionnelles



Retrouvez d'autres fiches de résultats et les publications scientifiques sur cress-umr1153.fr/fr/project/infadiet/

CONTACT
Blandine de Lauzon-Guillain
Coordinatrice du projet
blandine.delauzon@inserm.fr

