



De 6 mois à 3 ans, quels laits infantiles ?

Face à la diversité de l'offre : les médecins hésitent parfois et les parents se questionnent souvent.

Paris, le 26 octobre 2012

Les experts s'accordent pour dire que la qualité de l'alimentation est primordiale au cours des 3 premières années de l'enfant. C'est pourquoi, il est recommandé de donner au bébé entre 6 mois et 10-12 mois un lait 2^{ème} âge (ou préparation de suite) en relais de l'allaitement maternel. Le lait de croissance est ensuite conseillé jusqu'à ses 3 ans.

Si ces préconisations sont simples, il est parfois difficile de s'y retrouver et de faire un choix. Mieux comprendre les spécificités, les caractéristiques et la réglementation de ces préparations infantiles permet de suivre les recommandations et d'offrir aux enfants entre 6 mois et 3 ans le lait infantile qui leur correspond le mieux.



Quel lait infantile pour mon bébé de 6 à 12 mois ?

Le choix d'un lait 2^{ème} âge (ou préparation de suite), adapté aux besoins de chaque enfant, implique le conseil d'un professionnel de santé et une lecture attentive des mentions figurant sur l'emballage.

Les laits 2^{ème} âge (ou préparations de suite) se répartissent en 3 catégories :

- Les laits 2^{ème} âge (ou préparation de suite) "dits classiques ou standards", à privilégier si bébé va bien.
- Les préparations de suite "pour les petits troubles fonctionnels de bébé" apportent des réponses adaptées aux petits désagréments courants tels que les troubles du transit, les petits rejets ou les appétits difficiles à satisfaire des bébés affamés.
- Les préparations de suite "dites laits thérapeutiques" concernent les enfants chez lesquels un diagnostic médical a été posé, tel qu'allergie aux protéines de lait de vache ou régurgitations sévères. Ces préparations sont exclusivement vendues en pharmacie.

En dehors des changements liés à l'âge et aux différentes étapes de la diversification alimentaire, il est conseillé de ne pas changer un lait infantile qui semble convenir à l'enfant afin d'éviter les risques de troubles digestifs ou d'infléchissement de la courbe de croissance.



Le lait de croissance, indispensable de 1 an à 3 ans.

La croissance et le développement intense de l'enfant génèrent des besoins nutritionnels particuliers et différents de ceux de l'adulte.

Le lait de croissance, grâce à sa composition, permet de compléter les apports nutritionnels d'une alimentation qui se diversifie de plus en plus mais qui ne peut à elle seule couvrir tous les besoins du petit enfant.

De plus, les risques de déséquilibres nutritionnels (carence en fer, excès de protéines, insuffisance en acides gras essentiels) s'intensifient avec une alimentation qui se rapproche souvent trop rapidement de celle de l'adulte.

Le lait de croissance couvre l'essentiel des besoins de l'enfant en fer, vitamines, acides gras essentiels et contient une dose moindre de sodium et de protéines, pour éviter une surcharge dans son organisme. Il constitue donc l'aliment lacté recommandé durant cette période.



Les aliments de l'enfance sont encadrés par une réglementation européenne stricte.

La réglementation est destinée à garantir que les produits commercialisés pour les nourrissons et les enfants en bas âge répondent à leurs besoins grâce à :

- Des critères de composition "quantitatifs" et "qualitatifs" adaptés.
- Des critères de sécurité tenant compte de la fragilité du petit enfant.

