

# Les 1000 premiers jours, là où tout commence



La grossesse

Les premières semaines

*Journée du Réseau périnatalité - 30/06/2023*

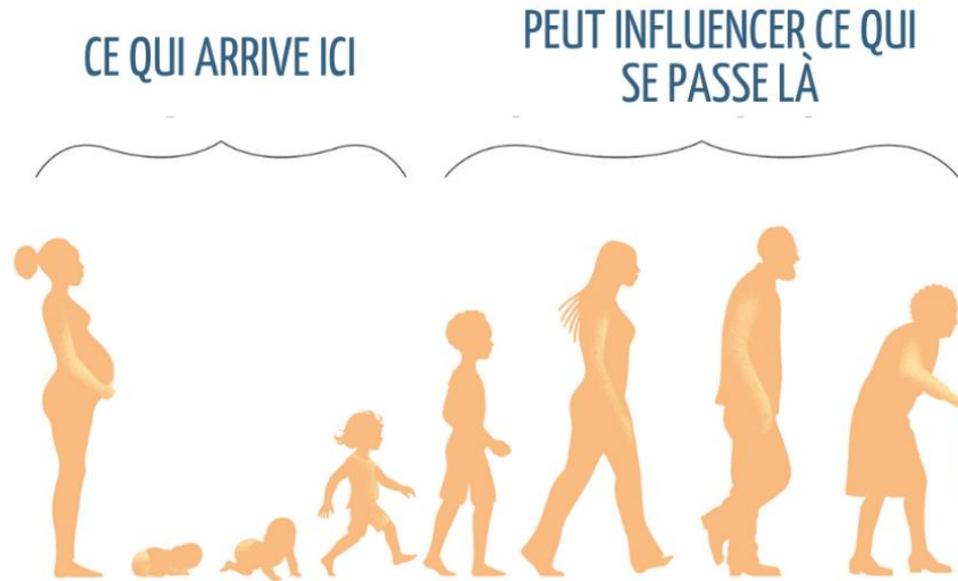
*Dr. Emmanuelle Bertrand Duclos*

# Plan

1. Concept des 1000 jours
2. Facteurs environnementaux
3. Déterminants nutritionnels  
de la santé future
4. Partenariat IHAB – 1000 jours
5. Parcours des 1000 premiers jours
6. Conclusion



# 1. Concept des 1000 jours



Scientifique  
Fin des années 1980  
UNICEF  
Malnutrition  
Maladies non transmissibles

Approche globale de santé pour promouvoir  
un environnement favorable au  
développement du fœtus et du nouveau-né

# Les 1000 premiers jours

Là où tout commence

Rapport de la commission  
des 1000 premiers jours  
SEPTEMBRE 2020



**TAILLE :**  
x 2 de 0 à 3 ans



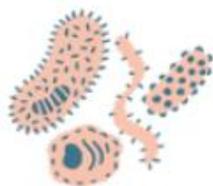
**CERVEAU :**  
+2 grammes / jour de 0 à 2 ans  
80% de la taille adulte  
atteinte à 2 ans



**POIDS :**  
x 4 de 0 à 3 ans

## LES 1000 JOURS

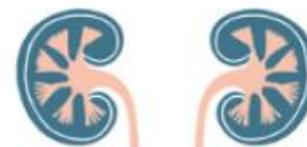
UNE PÉRIODE DE DÉVELOPPEMENT UNIQUE,  
AUTANT PHYSIQUE QUE PHYSIOLOGIQUE



Installation du  
**MICROBIOTE**



Développement du  
**LIEN PARENTS / ENFANT**  
et d'un **ATTACHEMENT**  
« SÉCURE »



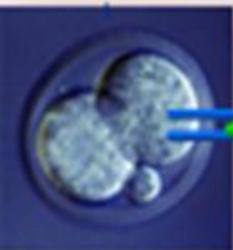
**FONCTION RENALE :**  
mature à 2 ans

**Santé**

Fenêtre de vulnérabilité

/ Opportunité

Les 1000 premiers jours



**Pathologies**



## 2. Facteurs environnementaux

Altération des interactions mère (ou coparent) et bébé



Risque ↑ de troubles neurodéveloppementaux

Désordres du sommeil associés à des difficultés comportementales et d'apprentissage

*Le comportement de sommeil se construit au cours des 3 premières années de l'enfant*

Réduction du risque de dépression du post partum



Amélioration du neuro-développement de l'enfant

Sécrétion placentaire d'éléments neurotrophiques



# Actions sur l'environnement

- La période des 1000 jours est une période où l'exposition aux substances toxiques est la plus dangereuse



- Ces substances sont omniprésentes dans l'environnement (*bisphénol, phlates, parabène, éther de glycol, composés perfluorés...*)



- Imprégnation + élevée chez les enfants / Augmentation du risque de troubles neuro-développementaux chez l'enfant et des maladies non transmissibles chez l'adulte



# Actions sur l'environnement - Quels outils pour les professionnels ?

- Guides et fiches pratiques WECF (<https://wecf-france.org/ressources/guides-et-fiches/> )
- ARS Nouvelle Aquitaine (<http://www.nouvelle-aquitaine.ars.sante.fr/>)
  - Outils de sensibilisation à la santé environnementale
- Comment protéger mes patients de la contamination chimiques et des perturbateurs endocriniens (<http://www.asef-asso.fr/> )
- MOOC perturbateurs endocriniens (ARS Nouvelle Aquitaine)
- Guide sur les perturbateurs endocriniens (<http://www.objectifsanteenvironnement.com> )
- Décret Qualité Air Intérieur (1<sup>er</sup> janvier 2020)
- Plan National de Prévention des risques Sanitaires liés à l'Environnement (PNSE 4 publiés en 2020)
- Application des 1000 jours



CONSTRUIRE AVEC LES FEMMES UN  
MONDE SAIN DURABLE ET ÉQUITABLE



## Guide Perturbateurs Endocriniens

JEU 20 FÉV 2020  
mise à jour 2020

[Télécharger](#)



## Guide Cosmétiques Bébé

JEU 20 FÉV 2020  
Mise à jour février 2020

[Télécharger](#)



## Guide Champs Electromagnétiques

JEU 20 FÉV 2020  
Mise à jour février 2020

[Télécharger](#)

# 3. Déterminants nutritionnels de la santé future

- Surpoids et obésité
- Allaitement



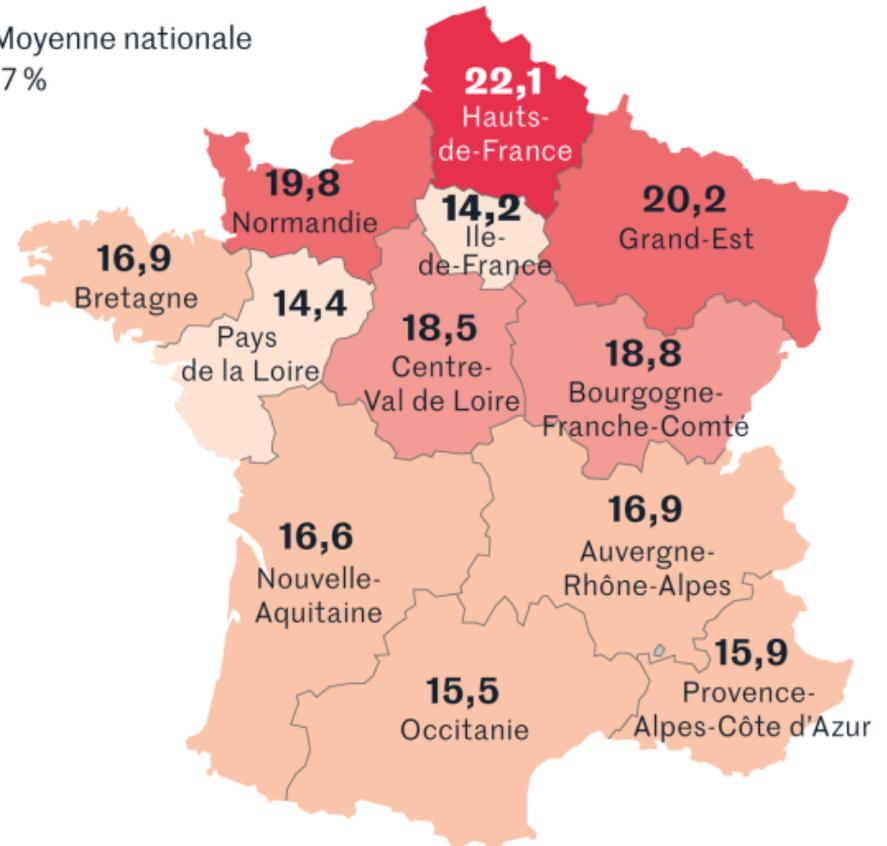
# Inégalités sociales de surpoids et d'obésité maternelle

- Prévalence de l'obésité
- 14 à 22% selon les régions de France
- 19,8% en Normandie
- Surpoids et obésité en 2020: **47,3%**

**Près de 8 points d'écart entre les Hauts-de-France et l'Île-de-France**

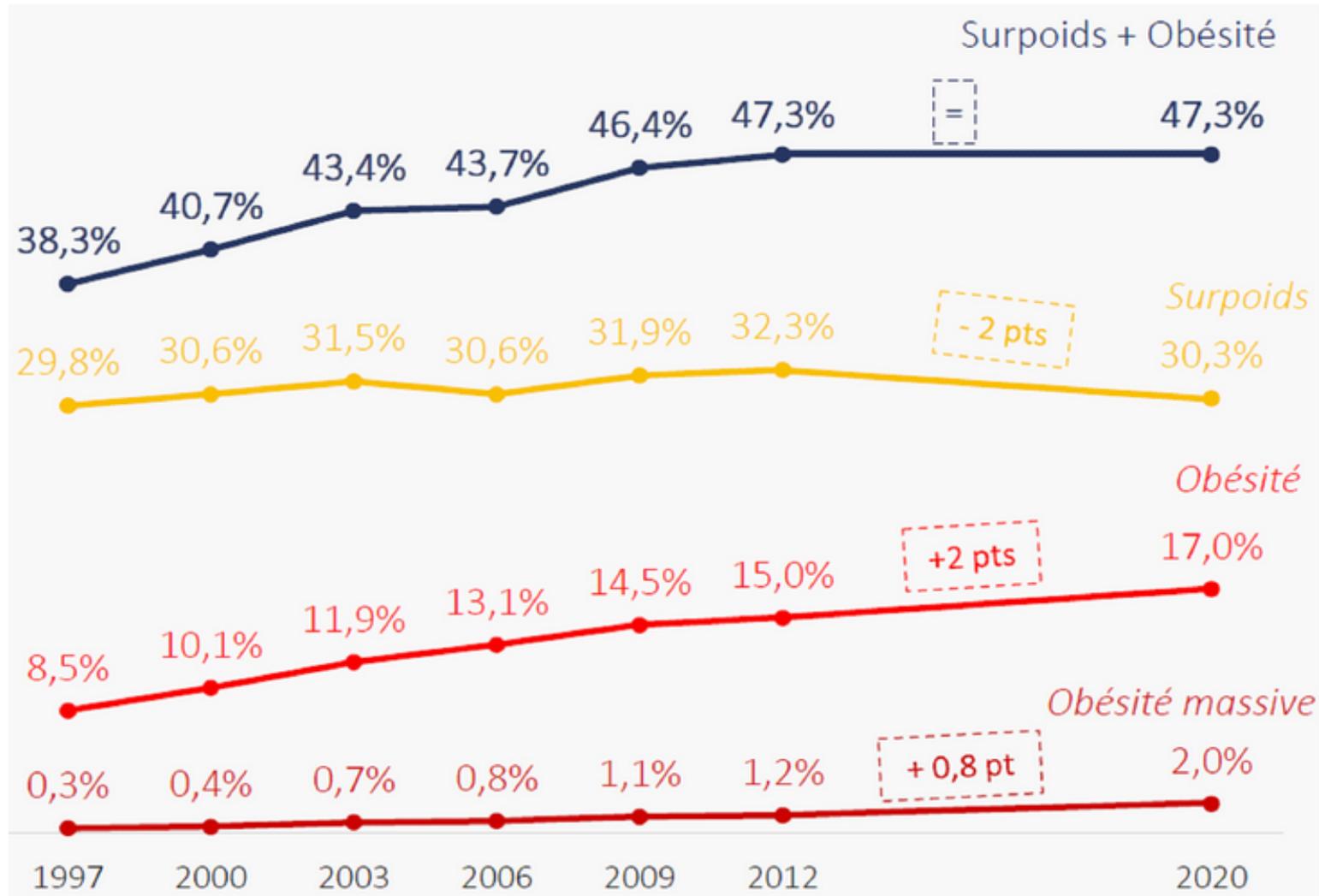
Prévalence de l'obésité, détails par région, en %

Moyenne nationale  
17 %

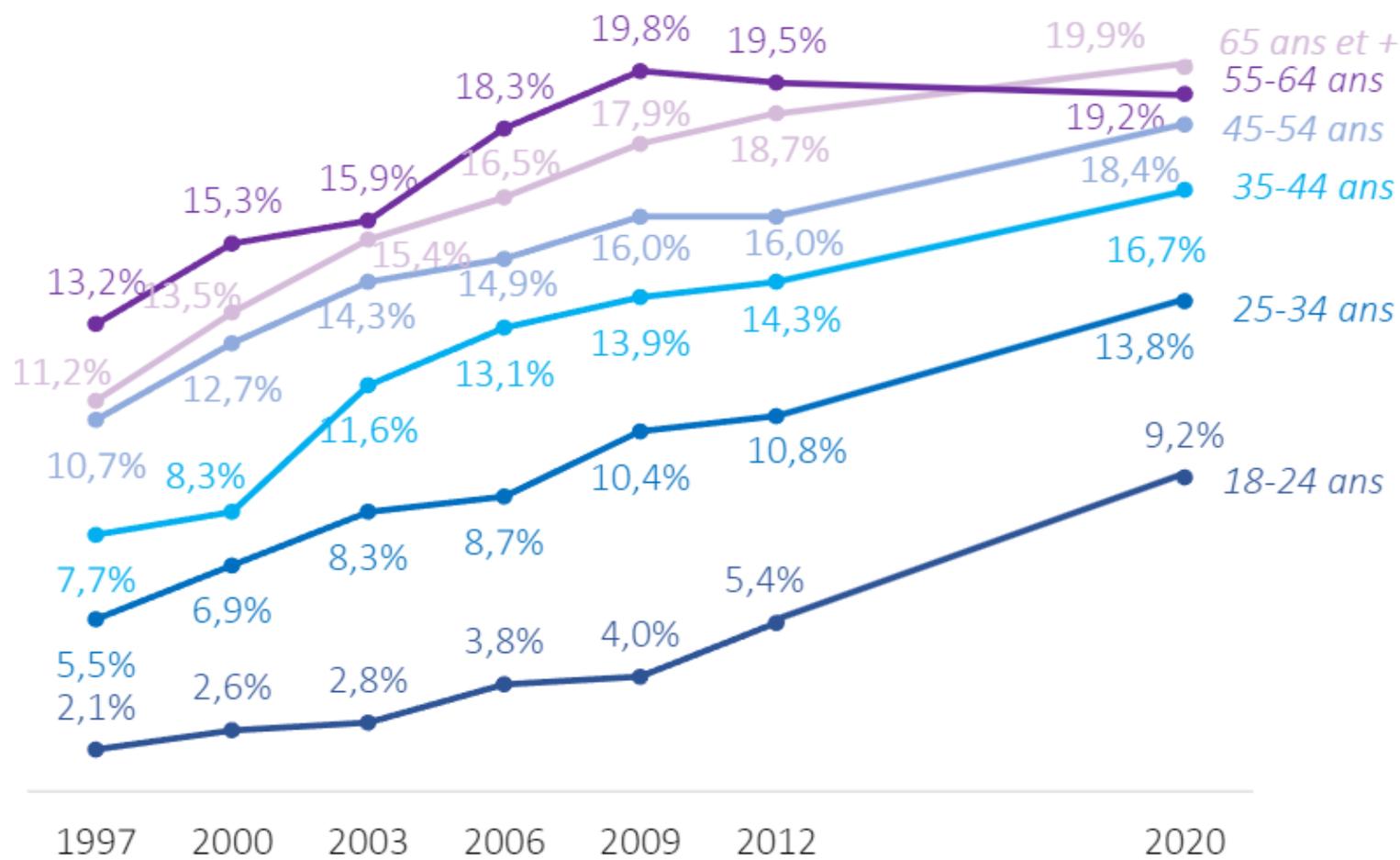


OBEPI ROCHE 2020

# Evolution de la prévalence du surpoids et de l'obésité en France



# Prévalence de l'obésité selon l'âge



# Evolution de l'IMC des femmes enceintes en France

**Table 1** Maternal body mass index (BMI): distribution from 1998 to 2016

	Year of the National Perinatal Surveys <sup>a</sup>				2021	
	1998 (n = 12 969) %	2003 (n = 13 783) %	2010 (n = 13 773) %	2016 (n = 11 793) %		
Women with BMI information						<i>P</i> < 0.001
Underweight (<18.5 kg/m <sup>2</sup> )	10.6	9.2	8.1	7.4	5,8	
Normal weight (18.5–24.9 kg/m <sup>2</sup> )	69.7	68.1	64.6	60.7	57,0	
Overweight (25.0–29.9 kg/m <sup>2</sup> )	13.6	15.2	17.4	20.0	22,8	
Obese 1 (30–34.9 kg/m <sup>2</sup> )	4.5	5.1	6.8	8.1	9,4	
Obese 2 (35–39.9 kg/m <sup>2</sup> )	1.1	1.8	2.1	2.8	3,5	
Obese 3 (≥40 kg/m <sup>2</sup> )	0.5	0.7	0.9	1.0	1,5	
<b>Obese (≥30 kg/m<sup>2</sup>)</b>	<b>6.1</b>	<b>7.6</b>	<b>9.8</b>	<b>11.9</b>	<b>14,4</b>	<i>P</i> < 0.001

Note: Column percentages (number of women).

a: National representative samples of adult women who delivered in continental France.

# Diabète gestationnel

- 10,8% en 2016
- 16,4% en 2021
- Taux de dépistage de 73,2% en 2021 et 76,1% en 2016
- Risque augmenté de DG de + 4% par unité de IMC

*ENP, 2021*

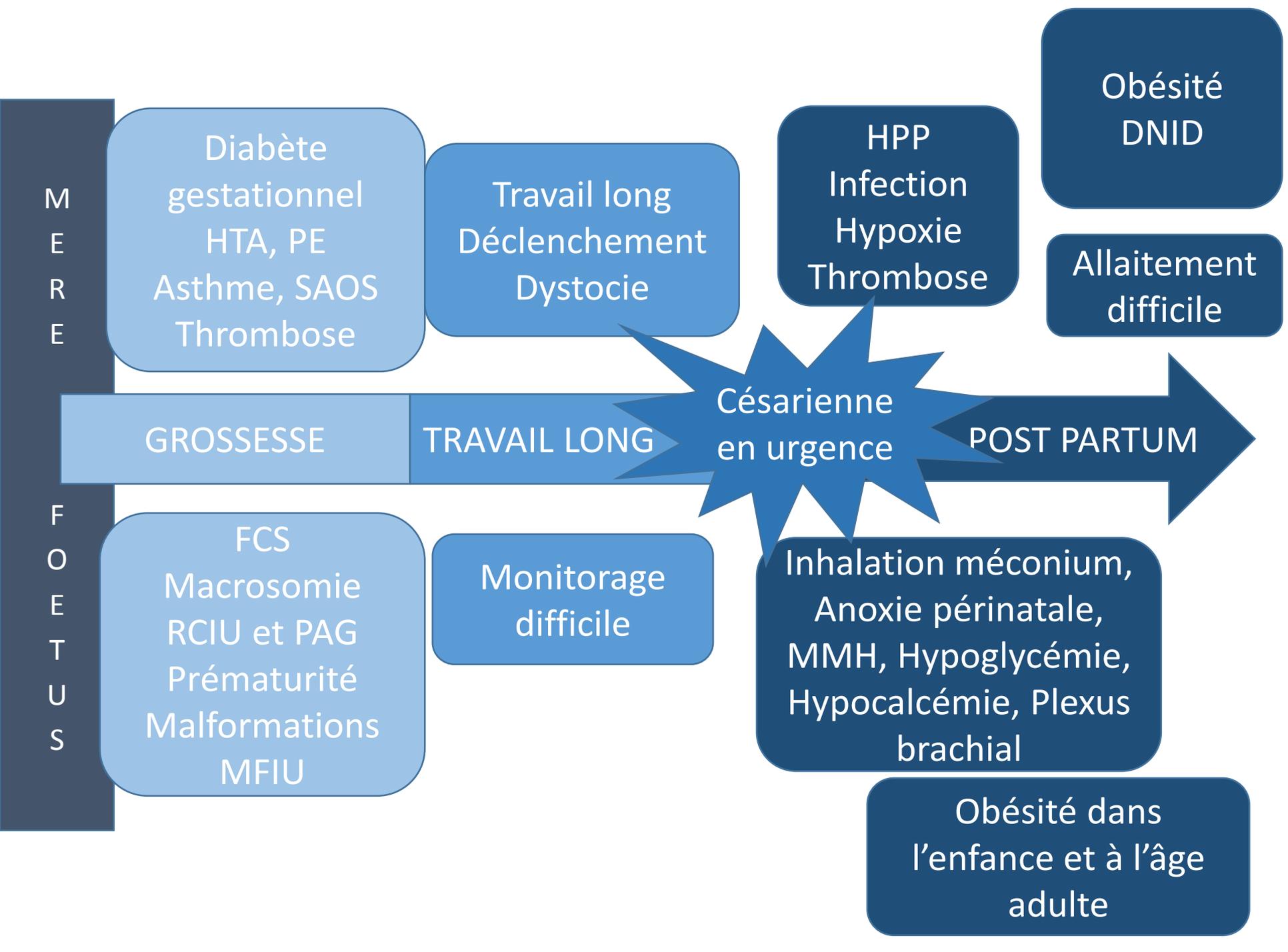
*Najafi et al, 2018*

# Morbimortalité maternelle, fœtale et néonatale

- 24% de toutes les complications de la grossesse étaient imputables à un surpoids et/ou une obésité maternelle
- 32% des enfants macrosomes étaient en lien avec une prise de poids excessive pendant la grossesse

*Santos et al. BJOG 2019*

Valeur de l'IMC avant la grossesse		Prise de poids recommandée
IMC < 18,5	Maigreur	De 13 à 18 Kg
19 < IMC < 25	Normal	De 12 à 15 Kg
25 < IMC < 30	Surpoids	De 7 à 11 Kg
IMC > 30	Obésité	De 5 à 9 Kg



MÈRE

FOETUS

Diabète gestationnel  
HTA, PE  
Asthme, SAOS  
Thrombose

Travail long  
Déclenchement  
Dystocie

HPP  
Infection  
Hypoxie  
Thrombose

Obésité  
DNID

Allaitement difficile

GROSSESSE

TRAVAIL LONG

Césarienne en urgence

POST PARTUM

FCS  
Macrosomie  
RCIU et PAG  
Prématurité  
Malformations  
MFIU

Monitoring difficile

Inhalation méconium,  
Anoxie périnatale,  
MMH, Hypoglycémie,  
Hypocalcémie, Plexus  
brachial

Obésité dans l'enfance et à l'âge adulte

Perfusion  
placentaire  
insuffisante

Restriction  
en  
nutriments

Perturbations  
hormonales

Diabète  
gestationnel

Obésité  
maternelle

## Stress environnement materno-fœtal

### Cerveau

Altération du dvpmt neuronal  
Résistance à la leptine  
Accumulation lipides

Programmation  
tissus fœtaux en  
adaptation au stress  
« *Phénotype  
d'épargne* »

### Tissu adipeux

↳ Captation glucose médiée  
par insuline  
↗ Stockage graisse

### Muscles

↳ Masse musculaire  
↳ Sensibilité insuline  
↗ Oxydation lipides

### Reins

↳ Néphrogenèse  
Altération du S rénine  
angiotensine

### Pancréas

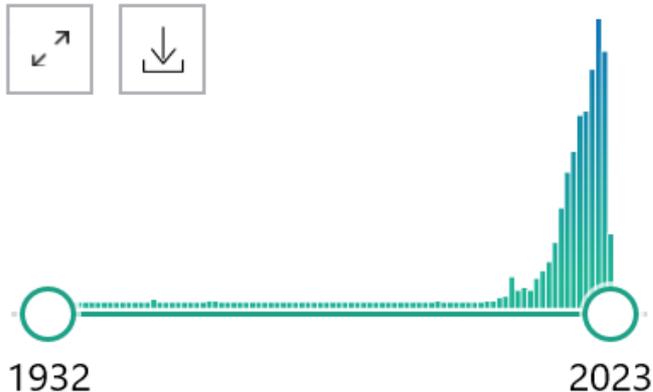
↳ Masse cellule b  
↳ Sécrétion insuline

Intolérance glucidique, Insulinorésistance, Diabète de type 2, HTA, Obésité

# Concept DOHaD

## *Developmental Origins of Health and Disease*

RESULTS BY YEAR



- Impact en santé publique et santé individuelle
- Pays riches ou émergents
- Maladies non transmissibles acquises
- Facteurs environnementaux
- Périodes les plus précoces
- Epigénome

# Allaitement

Gain de temps et d'argent

Améliore l'endormissement rapide

Réduction du risque cancer du sein, de l'ovaire, de l'utérus

Réduction du risque cardio-vasculaire, de diabète

Réduction du risque de dépression

Favorise Lien maman-bébé / interactions précoces

Bénéfices nutritionnels ainsi que sur le plan cognitif

Réduction des otites (<2ans), des infections gastro-intestinales, et affections respiratoires

Réduction du risque d'obésité et de diabète de type 2



# Allaitement maternel en France en 2021

56,3% allaitement exclusif (54,6% en 2016)

13,4% allaitement mixte (12,5% en 2016)

Avant accouchement : 64,8% souhait d'allaitement exclusif et  
8,5% allaitement mixte

# Variation selon les régions de France

Allaitement maternel  
exclusif ou mixte à la  
sortie de maternité

Métropole : 69,7%

Normandie : 58%

	n	%	IC à 95%	p <sup>(2)</sup>
Métropole <sup>(1)</sup>	9 761	69,7	68,8 - 70,6	
Auvergne-Rhône-Alpes	1 273	72,2	69,7 - 75,1	0,1041
Bourgogne-Franche-Comté	363	67,5	62,7 - 73,4	0,2395
Bretagne	434	62,7	58,1 - 68,4	0,0004
Centre-Val de Loire	363	64,5	59,5 - 70,6	0,0137
Corse	37	64,9	49,5 - 84,0	0,4720
Grand Est	727	66,2	62,7 - 70,4	0,0118
Hauts-de-France	849	57,8	54,5 - 62,2	<,0001
Ile-de-France	2 317	81,2	79,6 - 82,9	<,0001
<b>Normandie</b>	<b>469</b>	<b>58,4</b>	<b>54,0 - 64,3</b>	<b>&lt;,0001</b>
Nouvelle-Aquitaine	810	68,1	64,9 - 72,0	0,1687
Occitanie	840	67,5	64,3 - 71,4	0,0665
Provence-Alpes-Côte d'Azur	704	73,0	69,7 - 76,8	0,0964
Pays de la Loire	575	61,2	57,2 - 66,3	<,0001
<b>DROM<sup>(3,4)</sup></b>	<b>485</b>	<b>89,9</b>	<b>87,2 - 92,7</b>	<b>&lt;,0001</b>

(1) Rapporté au nombre de naissances parmi les enfants non transférés

(2) Test binomial comparant chaque région à la métropole

(3) Guadeloupe, Saint-Martin, Guyane, Martinique, Mayotte, La Réunion

(4) Pour des résultats par DROM, consulter les rapports des extensions de l'ENP réalisées en Guadeloupe, Saint-Martin, Martinique, Mayotte et La Réunion

# Idées reçues et allaitement

« L'allaitement **exclut le papa** »

« L'allaitement est **inné** »

« Le bébé ne grossit pas parce que le **lait n'est pas assez riche** »

« Il est difficile d'allaiter avec **une petite poitrine** »

« **Les médicaments** ce n'est pas recommandé avec l'allaitement »

« De nombreux **aliments** sont **interdits** quand on allaite »

« Certains **aliments** donnent **plus de lait** »

« Il faut **boire beaucoup d'eau** pour avoir du lait »

« L'allaitement est **fatigant** »

# Allaitement et idées reçues

## Place du soignant

Rôle majeur de l'information, de la relation et du soutien

- Idées reçues **différentes** selon les patientes
- Informations sur **bénéfices de l'AM** : enjeu de santé pour le bébé et pour la mère
- Rôle de l'**entourage** et du **conjoint** (croyances familiales)
- **ATCD d'allaitement** (construction d'idées reçues lors des expériences antérieures)

# En anténatal

## Aborder des idées reçues lors des consultations

- Place du conjoint « l'AM exclut le père »
- Vision personnelle de l'AM, ATCD d'AM
- Perception et soutien familiaux



**Donner des informations et remettre en question les idées reçues**

## Rôle de la Préparation à la naissance et à la parentalité

- « L'allaitement est inné »

Transmettre la notion **d'APPRENTISSAGE +++** surtout pour primiparité

- Insister sur les enjeux en postnatal
- Transmettre les rythmes et besoins (succion, moment propice pour allaiter, veille sommeil...)

# A la maternité



## Le temps de la mise en pratique...

- **Vision « idyllique » de l'accueil du nouveau-né :**
  - Veille sommeil, Nuits, Pleurs...
  - Adaptation à la vie extra utérine, besoin de proximité
  - Douleurs physiques, fatigue maternelle...



Parfois grand écart avec la réalité

- **« L'allaitement est inné »**
  - Positions, confort de la mère
  - Prise du sein, qualité de succion de l'enfant

27% des femmes  
arrêtent l'allaitement  
dans les 7 jours

➔ Double apprentissage – Remise en jeu à chaque naissance

➔ Importance de l'accompagnement pour donner **confiance à la mère** et des conseils pour « **petits maux de l'allaitement maternel** »

# Le 1<sup>er</sup> mois de vie

## Idées reçues du « manque de lait ou lait pas assez riche »

Problème de croissance?

Poursuite de la lactation (positions, prise du sein, douleurs, efficacité de la succion, bouts de seins en silicone)

Risque de l'introduction précoce d'une alimentation au biberon SANS

forcément de soutien de la lactation

Sevrage précoce

**Influence de l'entourage familial**

**Parentalité (sommeil, portage, pleurs, coliques...)**

28,2% des femmes  
arrêtent l'allaitement  
entre 8 et 21 jours

# Allaitement maternel

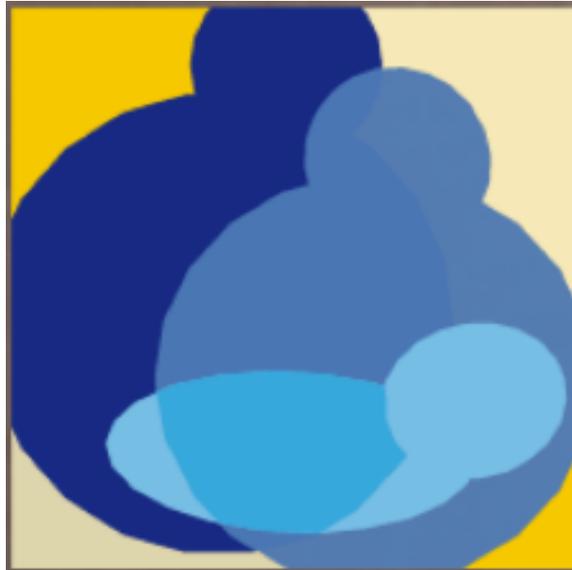
Chiffres de l'ENP 2021

Patience, confiance, connaissance, temps dédié

Travail en équipe et en réseau

Enjeu en santé publique

## 4. Partenariat 1000 jours - IHAB



# IHAB « Initiative Hôpital Ami des Bébéés »

- Un label de l'OMS et de l'UNICEF
- En 1991, l'OMS et l'UNICEF International (United Nations International Children's Emergency Fund) créent l'initiation mondiale pour des Hôpitaux Amis des Bébéés : The **Baby-Friendly** Hospital Initiative (BFHI)
- **Le nouveau-né et sa famille au cœur du système de soins**
- 22000 maternités dans le monde
- 36% en Europe



# IHAB en France

## 64 maternités

6 de type III

8 de type IIB

18 de type IIA

32 maternités de type I

## 10% des naissances

## 2 services de pédiatrie

engagés à respecter les  
recommandations IHAB



# Concept IHAB

## Soins centrés sur l'enfant et sa famille

Au-delà de l'allaitement , il s'agit de :

- Comprendre et respecter les besoins et les rythmes physiologiques de chaque bébé et de sa mère (sécurité affective)
- Créer un environnement pour favoriser l'attachement



# 5 . Parcours des 1000 premiers jours

- Accompagner les futurs parents
- Action sur l'environnement dès l'anténatal et en post natal
- Découvrir son enfant / soutien à la parentalité
- Formation des professionnels de santé de la petite enfance à cet accompagnement personnalisé, dépister les dépressions périnatales, dépister les situations de violences



# Accompagner les futurs parents / Informations aux parents

**Ce que les mamans entendent**

*et on pense qu'elles en ont un petit peu marre...*

"Faut songer à reprendre le travail !"

"Tu es sûre d'avoir assez de lait ?"

**"La poudre c'est pas ce qu'il y a de meilleur tu sais ?"**

"Il réclame trop!"

*"Tu as l'air épuisée, tu veux pas passer au biberon?"*

**"Je n'ai pas été allaitée et je vais bien!"**

*"Le portage, la DME, les VEO c'est qu'une tendance tout ça..."*



**"N'oublie pas ton mari dans tout ça..."**

**VS**

**Ce qu'elles aimeraient entendre**

**"Tu peux compter sur mon soutien !"**

**"L'avis des autres c'est la vie des autres !"**

*"Devenir mère n'est pas de tout repos, allaitement ou pas, tu as le droit d'être fatiguée"*

**"Comment tu te sens, pour de vrai ?"**

*"Tu as besoin d'aide, que je fasse quelque chose chez toi ?"*

**"Tu lui donnes le meilleur c'est sûr !"**



# « Maison » des 1000<sup>ers</sup> jours

- Espace identifié en réponse des besoins des parents, des bébés et jeunes enfants
- Idée de réseau relationnel autour de chaque enfant et de chaque famille
- Lieu d'accueil et d'échange entre famille et professionnel
- 1ère maison des 1000 jours ouverte à Arras .... Bientôt à Caen !



# Cercle des parents



- Calvados
- 2 IDE puéricultrice
- Rencontre de 4 familles en même temps
- Lieu différent
- Prise en charge financière complète

# Conclusion

- Opportunité de prévention précoce en santé
- Environnement, alimentation, toxique, attachement, allaitement...
- Pas de haute technicité
- Acteurs au quotidien
- Nous pouvons probablement tous ensemble faire mieux !



**PREMIERS  
JOURS**