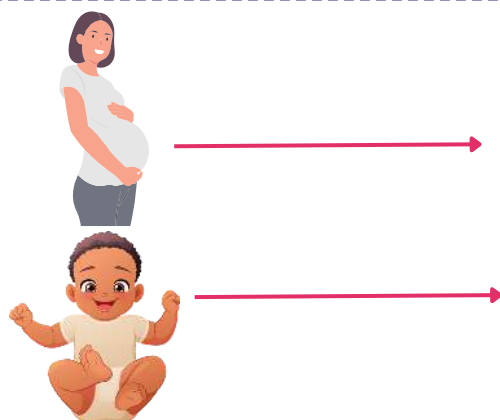


MON ENFANT DEVRAIT-IL PRENDRE DES PROBIOTIQUES?



Les probiotiques sont des micro-organismes vivants qui, lorsqu'ils sont administrés en quantités adéquates, confèrent un avantage pour la santé de l'hôte.¹

Les probiotiques sont utilisés pour reconstituer les bonnes bactéries dans l'intestin et rétablir l'équilibre, ce qui peut aider à traiter ou à prévenir ces types de maladies et les symptômes qui y sont associés.



Le microbiome de votre enfant

Des études récentes suggèrent que certaines bactéries sont transmises de la mère au bébé avant la naissance.²

Pendant la naissance, les bébés sont exposés au microbiote vaginal, fécal et cutané, et une colonisation bactérienne massive du nouveau-né se produit.³

Tout au long de la première année de vie, le microbiome de votre enfant continue de se développer.

Des facteurs tels que la méthode d'accouchement (césarienne ou vaginale), la source de nourriture (sein ou lait maternisé) et l'exposition prénatale aux antibiotiques peuvent avoir un impact sur le microbiome d'un enfant.

Les expositions domestiques comme les animaux à fourrure ou les frères et sœurs peuvent également accélérer et modifier le développement du microbiome.⁴

À quoi les probiotiques peuvent-ils aider?

La diarrhée associée aux antibiotiques



Des souches probiotiques spécifiques, telles que *Lactobacillus rhamnosus* GG (LGG), se sont révélées efficaces pour prévenir la diarrhée associée aux antibiotiques chez les enfants.⁵

L'eczéma infantile



Des études montrent que les bébés auxquels on donne certains probiotiques pendant la petite enfance ont moins de risques de développer de l'eczéma.⁶

Les coliques



Les coliques touchent jusqu'à 28% des bébés. Une souche probiotique spécifique, *Lactobacillus reuteri* DSM 17938, peut améliorer les symptômes de la colique en une semaine de traitement.

D'autres affections peuvent être améliorées ou prévenues grâce aux probiotiques pour enfants :

Syndrome du côlon irritable Santé bucco-dentaire Santé du foie La constipation Et bien d'autres encore!



Formulations de probiotiques

1 Des sachets de poudre sans saveur à boire



2 Comprimés à mâcher



Les autres options disponibles sur le marché comprennent les gouttes, les pastilles ou les gélules probiotiques.



Il existe de nombreuses raisons pour lesquelles les probiotiques peuvent être bénéfiques pour votre enfant, mais vous devez vous assurer qu'il prend le bon produit, pour la bonne raison. La CDHF recommande de consulter un professionnel de la santé de confiance pour s'assurer que le produit probiotique que vous choisissez est sans danger pour votre enfant.

Ces ressources ont été rendues possibles grâce à une subvention éducative sans restriction de:



1. Food and Agricultural Organization of the United Nations and World Health Organization. (2002). Joint FAO/WHO working group report on drafting guidelines for the evaluation of probiotics in food. Food and Agricultural Organization of the United Nations.
2. Forsberg, J., & Borenstein, S. R. (2012). Meta-analysis of the Effectiveness of Probiotics in Preventing Antibiotic-Associated Diarrhea. *PLoS One*, 7(12), e44043. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0044043>
3. Mouton, R. P., Babin, C., Combes, L., & Desjardins, J. (2015). The infant microbiome development: new markers. *Trends in Microbiology*, 23(1), 109-121. <https://doi.org/10.1016/j.tmic.2014.10.005>
4. Bressan, J., Ajami, N. J., O'Brien, A. D., Hershenson, D. S., Smith, D. J., Wang, M. C., ... & Petrosino, J. (2018). Temporal development of the gut microbiota in early childhood from the TEDDY study. *Nature*, 562, 385-388. <https://doi.org/10.1038/s41586-018-0161-1>
5. Szejda, K., & Szejda, K. (2015). Systematic review with meta-analysis: Lactobacillus fermentum GG in the prevention of antibiotic-associated diarrhea in children and adults. *Alimentary Pharmacology and Therapeutics*, 42(12), 1445-1457. <https://doi.org/10.1111/apt.13187>
6. Schmidt, H. M., Lacroix, R. P., Brown, G., Lacroix, A., Merguez, C., Michalakis, K. F., & Hett, A. (2018). Probiotics in late infancy reduce the incidence of eczema: A randomized controlled trial. *Pediatric Allergy and Immunology*, 29(1), 133-140. <https://doi.org/10.1111/pai.12808>