



Nutrition *et* ***supplémentation*** ***du nourrisson***



PLAN DE LA FORMATION

1. Besoins spécifiques du nourrisson

- 1.1. Introduction
- 1.2. Besoins énergétiques
- 1.3. Besoins hydriques
 - 1.3.1. Recommandations
 - 1.3.2. Eaux adaptées aux nourrissons
- 1.4. Besoins nutritionnels
 - 1.4.1. Besoins en macronutriments
 - 1.4.2. Besoins en micronutriments
- 1.5. Protéines
 - 1.5.1. Rôles des protéines et besoins du nourrisson
 - 1.5.2. Sources de protéines
 - 1.5.3. Apports en taurine chez le nourrisson
- 1.6. Glucides
 - 1.6.1. Rôles des glucides et besoins du nourrisson
 - 1.6.2. Sources de glucides
- 1.7. Lipides
 - 1.7.1. Rôles des lipides et besoins du nourrisson
 - 1.7.2. Acides gras polyinsaturés à longue chaîne
 - 1.7.2.1. Définition des AGPI à longue chaîne et rôles dans l'organisme
 - 1.7.2.2. Sources d'AGPI à longue chaîne
 - 1.7.2.2.1. Sources d'ARA
 - 1.7.2.2.2. Sources de DHA
 - 1.7.2.3. Supplémentations en DHA
- 1.8. Fer
 - 1.8.1. Rôles du fer et besoins du nourrisson
 - 1.8.2. Sources de fer
- 1.9. Calcium
 - 1.9.1. Rôles du calcium et besoins du nourrisson
 - 1.9.2. Sources de calcium
- 1.10. Vitamine D
 - 1.10.1. Définition de la vitamine D et rôle dans l'organisme
 - 1.10.2. Besoins en vitamine D du nourrisson
 - 1.10.3. Sources de vitamine D
 - 1.10.4. Carences en vitamine D
 - 1.10.5. Supplémentations en vitamine D
- 1.11. Prébiotiques et probiotiques
 - 1.11.1. Microbiote intestinal du nourrisson
 - 1.11.2. Définitions des prébiotiques et probiotiques et rôles dans l'organisme
 - 1.11.3. Sources de prébiotiques et probiotiques
 - 1.11.3.1. Sources de prébiotiques
 - 1.11.3.2. Sources de probiotiques
 - 1.11.4. Supplémentations en prébiotiques et probiotiques
 - 1.11.4.1. Supplémentations en prébiotiques
 - 1.11.4.2. Supplémentations en probiotiques

Date de mise à jour :

Février 2026

2. Alimentation lactée

- 2.1. Lait maternel
- 2.2. Alimentation lactée mixte
- 2.3. Laits infantiles
 - 2.3.1. Catégories de laits
 - 2.3.2. Composition générale des laits infantiles
 - 2.3.3. Laits et préparations pour indications spécifiques

3. Diversification alimentaire

3.1. Définition

3.2. Etapes de la diversification alimentaire et évolution des textures

3.3. Mécanismes physiologiques de l'alimentation

3.3.1. GAG reflex

3.3.2. Fausse route

3.3.3. Etouffement

3.4. Matériel pour pratiquer la diversification alimentaire

3.4.1. Chaise haute

3.4.2. Couverts

3.4.3. Assiettes

3.4.4. Tasses et verres

3.4.5. Bavoirs et protections

3.5. Introduction des aliments

3.5.1. Introduction des légumes et des fruits

3.5.2. Introduction des féculents

3.5.3. Introduction des oléagineux

3.5.4. Introduction des matières grasses

3.5.5. Introduction des VPO

3.5.6. Introduction des produits laitiers

3.5.7. Introduction des produits sucrés

3.5.8. Introduction des allergènes

3.5.9. Aliments non adaptés de 0 à 10 ans

3.5.9.1. Aliments à haut risque d'étouffement

3.5.9.2. Aliments à risque de toxi-infection alimentaire

3.5.9.3. Autres aliments non adaptés

3.6. Repas compliqués

3.6.1. Régressions de l'enfant

3.6.2. Néophobie alimentaire

3.6.3. Troubles alimentaires pédiatriques

4. Troubles du nourrisson

4.1. Troubles fonctionnels digestifs

4.1.1. Reflux gastro-œsophagien (RGO)

4.1.1.1. Définition et causes

4.1.1.2. Conséquences

4.1.1.3. Prévention et prise en charge

4.1.2. Diarrhée

4.1.2.1. Définition, causes et conséquences

4.1.2.2. Prévention et prise en charge

4.1.2.2.1. Hygiéno-diététique

4.1.2.2.2. Probiotiques

4.1.3. Constipation

4.1.3.1. Définition et causes

4.1.3.2. Conséquences

4.1.3.3. Prévention et prise en charge

4.1.3.3.1. Hygiéno-diététique

4.1.3.3.2. Pré et probiotiques

4.1.4. Causes

4.2. Allergie aux protéines de lait de vache (APLV)

4.2.1. Définition et symptômes

4.2.2. Prise en charge

4.2.2.1. Alimentation lactée

4.2.2.2. Alimentation solide

4.2.3. Réintroduction des PLV

4.3. Troubles alimentaires pédiatriques

4.3.1. Définition

4.3.2. Causes

4.3.3. Conséquences

4.3.4. Prévention et prises en charge

4.4. Retard de croissance staturo-pondéral

4.4.1. Définition

4.4.2. Causes

4.4.3. Prises en charge

ANNEXES :

ANNEXE N°1 : RESSOURCES POUR LES PROFESIONNELS ET LES PARENTS

ANNEXE N°2 : CAS PATIENTS

ANNEXE N°3 : RECETTES

ANNEXE N°4 : EXEMPLES DE MENUS

ANNEXE N°5 : COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

ANNEXE N°6 : PHYTOTHÉRAPIE DU NOURISSON

ANNEXE N°7 : BIBLIOGRAPHIE