

Blurps!

Une petite régurgitation de lait après le repas, c'est normal!

Par Sophie Schneider. Photo DR. Illustrations Aurore de Boncourt.



Retrouvez **air de familles**
une coproduction ONE/rtbf



Rencontre avec le
Docteur Winkler,
conseillère pédiatre à l'ONE.

- ★ À la télé: tous les jours à la **rtbf** sur la Une et la Deux, tous les jours à 12 h 12 et 17 h 12 sur **Télé Familiales**
- ★ En radio sur **Radio 21**, en direct, chaque mois, de 14 h à 15 h 30, dans l'émission « La Vie du Bon Côté » de Sylvie Honoré.
- ★ Sur internet: www.one.be toutes les émissions, les spécialistes et les infos pratiques.

C'est quoi cette régurgitation ?

C'est le passage involontaire du contenu de l'estomac dans l'œsophage. C'est un phénomène très fréquent chez le nourrisson: à 3 mois, jusqu'à 40% des bébés régurgitent, alors qu'à 12 mois, ils ne sont plus que 10% et 2% à 18 mois. Ça disparaît généralement vers l'âge de 12 à 15 mois. Le plus souvent, ça ne s'accompagne pas d'autres symptômes et ça survient dans les minutes qui suivent la prise alimentaire chez un enfant en bonne santé. Il s'agit alors d'un reflux gastro-œsophagien simple, qui est physiologique.

Quelle est la différence avec le rot ?

Le rot, c'est l'élimination de l'air que le bébé avale pendant la tétée. Il est important qu'il puisse l'éliminer sinon, en passant dans les intestins, il peut provoquer des maux de ventre.

Comment explique-t-on les régurgitations ?

Par l'immaturité des structures qui doivent jouer le rôle de barrière antireflux. Leur maturation ne s'achève que vers 12 à 15 mois. Mais le reflux est aussi souvent lié à des relaxations inappropriées du sphincter œsophagien, en cas de pression trop importante dans l'estomac quand les volumes liquidiens ingérés dépassent les capacités de contenance de l'estomac.

On peut faire quelque chose malgré tout ?

Déjà, ne pas s'inquiéter: c'est fréquent. Il n'y a pas lieu de pratiquer des examens ni d'administrer un traitement médicamenteux.

Donnez à manger dans un endroit calme, en suivant le rythme de l'enfant. Veillez à bien interpréter la demande du bébé pour éviter de le suralimenter. Ensuite, vérifiez que la quantité par biberon n'est pas trop importante, pensez à fractionner les repas en vous basant sur la capacité de l'estomac en fonction de l'âge. La capacité de l'estomac des nourrissons est en moyenne de 60 ml la première semaine de vie, 130 ml à 1 mois, 180 ml à 6 mois et n'atteint 200 ml qu'à 1 an. Évitez de trop manipuler le bébé après la tétée. Si ces mesures sont insuffisantes, vous pouvez essayer d'utiliser un lait antirégurgitation ou d'ajouter au biberon un épaississant, à base de caroube, d'amidon de riz ou de maïs. Demandez conseil à votre pédiatre.

Parfois, c'est plus grave ?

Oui, mais c'est rare. Seuls 1% à 8% des nourrissons souffrent de reflux pathologique, un reflux associé à des symptômes inquiétants: pleurs pendant et après les repas, refus de s'alimenter, perte de poids, filets de sang dans les vomissements, carence en fer. Certains auront des problèmes respiratoires: toux chronique, bronchites, pneumopathies, asthme, laryngites, voire des otites moyennes aiguës. L'association entre régurgitations importantes et douleurs au moment de la prise des biberons pourrait être la conséquence d'une allergie à la protéine du lait de vache. En présence de ces symptômes, contactez votre pédiatre sans tarder. ★

3D

Un premier pop-up en papier découpé qui révèle tout ce qu'il y a dans le ciel. Très graphique et, malgré son aspect tout simple, résistant aux assauts des petites mains!



Dans le ciel il y a, Annette Tamarkin, éd. Les grandes personnes, 9,50 €. De 1 à 4 ans.

Circuit

Pour retrouver son fil, Jojo doit se déplacer à travers un labyrinthe de jouets. Heureusement, certains d'entre eux sont coopérants. Chaque page est un nouvel itinéraire à retrouver.



Jojo, le roi des joujoux, Benjamin Chaud, éd. Acte Sud Junior, 14 €. De 1 à 4 ans.

Jouet

Dix jeux, leurs règles, des conseils stratégiques, le plateau, les pions et même le coffret pour tout ranger. De quoi découvrir d'autres cultures.



Le tour du monde en 10 jeux, Angels Navarro, éd. Bayard Jeunesse, 16,90 €. Dès 6 ans.