



Belgimage

Diabète gestationnel

Le diabète de grossesse, ou diabète gestationnel, touche entre 3 et 10 % des femmes enceintes. Il s'agit d'une augmentation du taux de sucre dans le sang de la future maman qui se manifeste vers la fin du deuxième trimestre ou au troisième trimestre de la grossesse. Il se développe à cause des changements hormonaux qui surviennent durant la grossesse. Lorsqu'il n'est pas bien contrôlé et que le taux de sucre dans le sang reste élevé, il y a des risques à la fois pour le bébé et la maman. Pour le bébé, le risque le plus important, c'est un poids trop élevé à la naissance (plus de 4 kg), qui peut entraîner un accouchement difficile et parfois des complications telles que des blessures aux bras au moment du passage des épaules. Le diabète de grossesse n'augmente pas le risque de malformations du bébé ni celui qu'il soit diabétique à la naissance. Par contre, il augmente le risque qu'il soit obèse ou présente un diabète à l'âge adulte.

Pour la future maman, le principal risque est la toxémie gravidique – que l'on appelle plus fréquemment pré-éclampsie – qui associe de l'hypertension artérielle, des œdèmes et une protéinurie (fuite de protéines dans les urines). Le diabète de grossesse augmente également le risque d'accouchement par césarienne et d'accouchement prématuré.

Il est donc très important de se faire dépister et traiter si nécessaire. Très souvent, le diabète de grossesse peut être géré uniquement avec une alimentation saine et de l'activité physique. Si ça ne fonctionne pas, un traitement à l'insuline pourra être prescrit.

Julie Rouffiange



Anne Pochet.

À la télé, tous les jours sur la Une et sur BX1

rtbf

bx1
Médias de Bruxelles

Sur internet (www.airdefamille.be ; www.one.be): toutes les émissions, les spécialistes, et les infos pratiques.

L'histoire de saint Nicolas

« Ô grand saint Nicolas, patron des écoliers... » Cette jolie petite chanson, tout le monde la connaît. Mais qui est-il vraiment ?

Saint Nicolas est un très, très vieux monsieur, reconnu pour sa grande générosité envers les jeunes enfants. Il s'agit d'un évêque, c'est-à-dire un homme de religion (ce qui explique qu'il porte une mitre). On lui attribue d'ailleurs de nombreux miracles dont le plus célèbre d'entre eux est le suivant.

On raconte qu'au Moyen Âge, il y a plusieurs siècles d'ici, trois enfants perdus, prénommés Claudon, Philippe et Jacques, se réfugièrent chez un méchant boucher qui les tua, les découpa en morceaux et les mit dans un saloir où ils restèrent durant sept ans.

Un jour, saint Nicolas passa près de la maison du boucher. Il entra et demanda à manger. Il voulait qu'on lui serve la viande qui était dans le saloir depuis sept ans. À ce moment, le boucher, qui avait compris qu'il était démasqué, s'enfuit dans la forêt et saint Nicolas redonna vie aux enfants. Depuis ce jour, saint Nicolas est devenu le patron des enfants et revient chaque année, la nuit du 5 au 6 décembre, bien souvent accompagné de son âne, pour distribuer des cadeaux et des friandises à tous les enfants sages.

Une fête à croquer

Puisque saint Nicolas connaît très bien les goûts de tous les enfants qu'il gâte, les friandises qu'il emporte avec lui ne sont pas toujours les mêmes dans tous les pays. Dans le nord-est de la France, par exemple, lorsque les enfants



Isopix

mettent leurs chaussons devant la cheminée, ils reçoivent la plupart du temps de la part du Grand Saint du pain d'épices ! En revanche, chez nous, en Belgique, saint Nicolas a plutôt l'habitude d'apporter dans sa hotte quelques délicieux spéculoos. Car, selon la légende, une fois qu'il eut sauvé ces pauvres enfants des griffes du boucher, saint Nicolas leur aurait donné à manger un biscuit au goût prononcé d'épices qui se conserve très bien et qui, chez nous, s'appelle « spéculoos ». Mais l'origine de ce nom divise les spécialistes de la langue. Certains pensent que le mot « spéculoos » provient du latin « species » qui signifie « épices », en référence à celles utilisées pour fabriquer ce biscuit. D'autres estiment que l'origine de ce mot viendrait du latin « speculator » qui désigne un évêque (ce qu'est saint Nicolas !). Mais finalement, peu importe l'origine ! Ce que l'on sait, nous, c'est que c'est délicieux !

La saviez-vous ?

Nous, en Belgique, on voit toujours saint Nicolas accompagné de son âne. Mais en fonction des pays où il passe, le patron des écoliers change parfois de monture ! Pour rendre visite aux enfants qui vivent aux Pays-Bas, par exemple, saint Nicolas arrive par bateau et monte un cheval blanc ! Une bonne occasion pour son fidèle âne de se reposer...

Aurielle Marlier et Alain Jourdan le Clercq

