

# ALIMENTATION LACTÉE DES NOURRISSONS ET ENFANTS EN BAS ÂGE

AVRIL 2021

Répertoire des laits et des préparations infantiles

[cellule-dietetique@one.be](mailto:cellule-dietetique@one.be)



ONE.be

## CELLULE DIÉTÉTIQUE

Contacts : cellule-dietetique@one.be

AMAL ALAOUI :  
0499 99 77 58

NATHALIE CLAES :  
0499 99 77 51

CLEO ROTUNNO :  
0498 51 58 73

Cette liste est donnée à titre informatif, elle n'engage aucunement l'ONE et ne remplace pas l'avis d'un médecin ou d'un pharmacien. Ce répertoire reprend une **liste non exhaustive de produits** et tant la liste que son contenu sont à jour au **15 avril 2021**. Les informations relatives à la composition nutritionnelle et aux prix sont susceptibles de modifications régulières en cours d'année. Les informations relatives aux prix peuvent fluctuer en fonction du point de vente (pharmacie, parapharmacie, grande surface, site internet...).

# ALIMENTATION LACTÉE DES NOURRISONS ET DE L'ENFANT EN BAS ÂGE

## RÉPERTOIRE DES LAITS ET DES PRÉPARATIONS INFANTILES

### GÉNÉRALITÉS/LÉGISLATIONS

Le lait maternel est l'aliment idéal du nourrisson. A défaut d'allaitement maternel, il est essentiel de diriger les familles vers des laits qui répondent aux besoins spécifiques des nourrissons. Le choix étant vaste, ce répertoire a pour objectif d'aider les professionnels de la santé à conseiller aux familles les laits les plus appropriés à leur enfant.

Cette liste recense les laits infantiles disponibles en magasin ou pharmacie sur le territoire belge. Pour être commercialisées, les préparations pour nourrissons et de suite doivent répondre notamment aux RÈGLEMENTATIONS EUROPÉENNES ((UE) N°609/2013 ET(UE) N°127/2016) qui légifèrent entre autre sur la composition nutritionnelle de ces produits.

Les aliments diététiques destinés aux enfants de 0 à 4/6mois sont officiellement appelés LAITS OU PRÉPARATIONS POUR NOURRISONS, ils sont destinés aux nourrissons qui ne consomment que du lait.

Les aliments diététiques destinés aux nourrissons de 4/6mois à 12/18 mois sont officiellement appelés LAITS OU PRÉPARATIONS DE SUITE et sont proposés aux enfants en complément d'une alimentation diversifiée.

Le passage au lait de suite se fait progressivement lorsque l'enfant mange un à deux repas à la cuillère.


Les laits de croissance ne sont pas soumis à une législation spécifique.

### CLASSIFICATION DE CE RÉPERTOIRE

Les laits infantiles sont classés en trois catégories : standards, pour indications spécifiques et pour indications thérapeutiques.

Au sein de chaque catégorie, les laits sont regroupés en fonction du stade de développement de l'enfant - voir schéma page 11

## LAITS STANDARDS

 Les laits standards correspondent aux laits infantiles ordinaires et conviennent à tous les nourrissons et enfants en bas âge en bonne santé. Ils peuvent être proposés en VAD ou en consultation. La majorité des nourrissons sont concernés par ces laits.

### LES PRÉPARATIONS POUR NOURRISSONS (< 6 MOIS)

Les caractéristiques à privilégier pour répondre le plus favorablement aux besoins nutritionnels du nourrisson non allaité sont les suivantes :

- Rapport caséine/protéines du lactosérum se rapprochant de celui du lait maternel (30/70 à 50/50)
- Teneur en protéines réduite (< 1,5g / 100 ml)
- Glucides apportés uniquement par du lactose
- Enrichissement en acides gras polyinsaturés à longues chaînes (AGPLC) : acide arachidonique (ARA), acide docosahexaénoïque (DHA)<sup>1</sup>.
- Présence de prébiotiques, de probiotiques ou de symbiotiques pour mimer l'effet bifidogène<sup>2</sup> du lait maternel.

### LES PRÉPARATIONS DE SUITE (> 6 MOIS A 18 MOIS)

Il convient de passer à un lait de suite lorsque la diversification alimentaire est bien instaurée. Leur emploi est préconisé jusqu'à l'âge de 18 mois.

La composition nutritionnelle est légèrement différente de celle des préparations pour nourrissons. Ils présentent généralement un rapport « caséine/protéines du lactosérum » plus proche de celui du lait de vache (de 50/50 à 80/20), moins de lipides et une plus grande diversité de glucides. Les teneurs en fer, calcium mais aussi électrolytes (Na, K, Cl...) sont légèrement plus élevées que dans une préparation pour nourrisson et permettent ainsi de répondre aux besoins nutritionnels lorsque l'alimentation est diversifiée.

Les caractéristiques à privilégier pour répondre le plus favorablement aux besoins nutritionnels du nourrisson non allaité sont les suivantes :

- Le moins protéique possible
- Enrichissement en acides gras polyinsaturés à longue chaîne (AGPLC) de type DHA<sup>3</sup>
- Le plus de lactose possible
- Présence de pré, probiotique ou symbiotique

<sup>1</sup> L'enrichissement en DHA est obligatoire depuis février 2020

<sup>2</sup> Qui favorise le développement des bifidobactéries dans le microbiote intestinal

<sup>3</sup> L'enrichissement en DHA est obligatoire depuis février 2020

## LES LAITS POUR ENFANTS EN BAS ÂGE (DE 12-18 MOIS À 3 ANS)

Vers l'âge de 18 mois, le lait n'est plus l'aliment de base de l'enfant mais un composant du repas, au même titre que les autres aliments. Dans le cadre d'une alimentation variée et équilibrée, les laits pour enfants en bas âge ne sont pas obligatoires. Toutefois, l'alimentation des enfants en âge préscolaire est généralement trop protéinée, carencée en fer et en acides gras essentiels. Ces produits s'avèrent intéressants dans ces cas de figures.

Dès lors, il convient de choisir les laits présentant les caractéristiques suivantes :

- Le moins protéique possible
- Ne contenant pas de saccharose, ni d'arômes
- Enrichis en acides gras polyinsaturés à longue chaîne (AGPLC)

⚠ La terminologie : « lait de croissance » leur a été dévolue par l'industrie, dénomination qui prête à confusion et est donc à éviter. L'appellation « préparation ou lait pour enfants en bas âge » pourrait être préférée.

### LAITS ET PRÉPARATIONS POUR INDICATIONS SPÉCIFIQUES

Ces produits présentent certaines spécificités dans leur composition nutritionnelle en vue d'améliorer certains épisodes attribués, à tort ou à raison, à des difficultés digestives mineures chez le nourrisson en bonne santé. Les laits hypoallergéniques sont également repris dans cette catégorie ainsi que les préparations de croissances au soja.

La nécessité d'utiliser ces produits sera posée PAR LE MÉDECIN lors de la consultation médicale, après analyse des besoins spécifiques du nourrisson.

⚠ Ces laits sont souvent plus coûteux et ne présentent pas toujours les mêmes avantages nutritionnels que les laits standards.

Il est donc indispensable de REVOIR RÉGULIÈREMENT LA PERTINENCE de maintenir la prescription des laits à indication spécifique, et en particulier lors du passage au lait de suite. En effet, après l'âge de 6 mois et avec la diversification alimentaire, la plupart des nourrissons n'ont plus besoin d'un lait avec indications spécifiques.

## **LAITS ET PRÉPARATIONS POUR INDICATIONS THÉRAPEUTIQUES**

Ces produits sont destinés aux nourrissons présentant une pathologie diagnostiquée. Ils ne peuvent être prescrits dans un cadre ONE, l'Office ayant pour mission la prévention de la santé.

Leur présence dans la liste des laits infantiles est uniquement informative.

## **COMMENT UTILISER LA LISTE DES LAITS ?**

### **COMMENT RETROUVER UN LAIT ?**

Ce document permet de retrouver un produit par le biais de trois manières :

- À partir de la liste des laits infantiles classés par ordre alphabétique page 12 à 18.
  - > Ce chemin est pratique lorsque le produit est peu ou pas connu. Vous y retrouverez la catégorie et la page qui correspondent au lait.
- À partir du tableau de la page 19 qui schématise la classification de ce répertoire de laits infantiles.
  - > Cette voie est rapide lorsque vous connaissez le produit.
- En réalisant une recherche dans le dossier PDF : CTRL + F

### **UN PRODUIT EST-IL ABSENT DE LA LISTE DES LAITS ?**

Différentes explications sont possibles, soit il s'agit d'un :

- Nouveau produit ou d'une nouvelle dénomination d'un lait déjà existant : Il est impossible d'avoir une liste des laits infantiles vendus en Belgique à jour de façon permanente. Ceci s'explique par le renouvellement continu des produits.
- Produit vendu EN DEHORS DE LA BELGIQUE. C'est le cas des familles habitant dans les zones frontalières et qui font parfois leurs achats dans les pays voisins.
- Produit qui NE CONVIENT PAS aux nourrissons/enfants en bas âge car il ne répond pas à la Réglementation Européenne.

Les dénominations suivantes sont « protégées » par la législation : lait pour nourrisson, préparation pour nourrisson, lait de suite et préparation de suite. Leur présence sur l'emballage d'un lait infantile signifie que leur composition respecte les normes législatives.

En absence de ces dénominations et/ou si vous avez le moindre doute, n'hésitez pas à prendre contact avec notre service afin de pouvoir analyser ensemble le produit.

## LEXIQUE

### Acides gras polyinsaturés à longue chaîne

Il s'agit de l'**EPA** (acide eicosapentaénoïque) et du **DHA** (acide docosahéx-aénoïque), synthétisés au départ de l'acide gras essentiel oméga 3 (l'acide alpha linoléinique). Ainsi que le **ARA** (acide arachidonique) produit par l'acide gras essentiel oméga 6 (acide linoléique).

Les enfants de 6 mois ne sont pas capables de synthétiser suffisamment d'acides gras polyinsaturés à longue chaîne au départ des acides gras essentiels. Le lait maternel en contient. Ces acides gras essentiels à très longues chaînes contribuent e.a. au développement cognitif et à une maturation neurosensorielle optimale, d'où l'intérêt d'en ajouter aux laits pour nourrissons.

Les acides gras polyinsaturés à longue chaîne de type oméga 3 se trouvent dans le poisson gras et pour les omégas 6, dans l'huile de maïs et de tournesol notamment.

### Caséine

Les caséines sont des **protéines** présentes dans le lait. La teneur en caséine varie en fonction de l'espèce animale. Elle est de 80% pour le lait de vache et d'en moyenne 30 à 40 % pour le lait de femme.

### Dextrine maltose

Amidon (glucide des féculents : pain, pâte, ...) partiellement digéré (hydrolysé).

### Gluten

Le gluten est une **protéine** qui est contenue dans de nombreuses céréales comme le blé, l'orge, le seigle, l'avoine, le kamut ou encore l'épeautre.

### HMO (Human Milk Oligosaccharides)

Oligosaccharides (type de sucres) présents uniquement dans le lait maternel humain qui ont une action prébiotique sélective (croissance des bonnes bactéries) et qui empêchent la prolifération des mauvaises bactéries. Les HMO exercent un rôle bénéfique sur la santé des nourrissons.

## La farine de caroube

La farine de graine de caroube est utilisée comme épaississant et est indigestible. Ces graines proviennent du caroubier, arbre trouvé principalement dans le bassin méditerranéen.

## Lactose

Le lactose est le **glucide** du lait, il est appelé également sucre du lait.

Le lait de femme contient 100% de lactose, il constitue donc le seul sucre qu'ingère le nourrisson et lui apporte environ 40 % de l'énergie. Le lactose est un nutriment essentiel au développement de l'enfant.

## Lactosérum

Le lactosérum est un liquide jaune produit lors du caillage du lait. Il est aussi appelé « petit-lait » ou sérum. Il est riche en **eau, lactose et protéines**. Le lait maternel est riche en protéines de lactosérum. Les protéines de lactosérum les plus importantes sont par exemple la  $\beta$ -lactoglobuline ( $\beta$ -LG), l' $\alpha$ -lactalbumine ( $\alpha$ -LA).

## Postbiotique

C'est un composant bioactif provenant de la fermentation des nutriments et qui peut influencer positivement le microbiote intestinal et le système immunitaire.

## Prébiotiques

Il s'agit de **substrats** (fibres) qui permettent la croissance des bactéries de la flore intestinale et qui exercent un effet bénéfique sur la santé (ex : fructo-oligosaccharide (FOS) et les galacto-oligosaccharide (GOS)).

## Préparations ou laits pour nourrissons

Les aliments diététiques destinés aux enfants de 0 à 4/6 mois sont officiellement appelés **laits ou préparations pour nourrissons**, ils sont destinés aux nourrissons qui ne consomment que du lait.

## Préparations ou laits de suite

Les aliments diététiques destinés aux nourrissons de 4/6 mois à 12/18 mois sont officiellement appelés **laits ou préparations de suite** et sont proposés aux enfants en complément d'une alimentation diversifiée.



## Probiotiques

Les probiotiques sont des **micro-organismes vivants**, levures ou bactéries, ajoutées aux denrées alimentaires comme les yaourts ou les laits infantiles. Ils ont un effet bénéfique sur la flore intestinale et donc sur la santé de celui qui les consomme.

## Protéines

Les protéines sont des **nutriments** constitués de petites unités appelées les acides aminés. Les protéines sont indispensables notamment à la construction, entretien et réparation de tous les tissus du corps humain.

## Saccharose

Le saccharose est un **glucide** composé de deux molécules (glucose + fructose). Ce glucide a un goût sucré. Il est généralement extrait de la betterave sucrière ou de la canne à sucre. Il est largement utilisé dans l'alimentation pour sucrer les préparations. Synonymes : sucre blanc, sucre de table.

## Symbiotiques

Association de probiotiques et de prébiotiques qui exercent un bénéfice sur la santé.

## Triglycérides à chaîne moyenne

Le triglycéride est un lipide. Les triglycérides à chaîne moyenne (TCM) sont utilisés dans certains produits car leurs caractéristiques physicochimiques telles que leur grande solubilité dans l'eau et leur mode de digestion, leur assurent une meilleure absorption des lipides. Les TCM sont digérées plus rapidement dans les intestins par les enzymes du pancréas que les triglycérides à longues chaînes. Ces TCM sont ajoutés dans les produits diététiques utilisés à des fins thérapeutiques afin de favoriser l'absorption des graisses.

# ABRÉVIATIONS

**AGPLC** Acides gras polyinsaturés à longues chaîne

**AR** Anti-régurgitation

**Cas** Caséine

**Cas/lact** Caséine/Lactosérum

**DM** Dextrine Maltose

**FOS** Fructo-Oligosaccharide

**GOS** Galacto-Oligosaccharide

**HA** Hypoallergénique

**HMO** Human Milk Oligosaccharides

**Kcal** Kilocalories

**L** Liquide

**L1** Lait pour nourrisson ou préparation pour nourrisson

**L2** Lait de suite ou préparation de suite

**Lact** Protéines du lactosérum

**LC** Lait de Croissance

**NC** Non Communiqué

**PLV** Protéines de lait de vache

**Po** Poudre

**TCM** Triglycéride à Chaine Moyenne

**VAD** Visite à domicile

# SCHÉMA DE LA CLASSIFICATION DES LAITS INFANTILES

Consultation ONE  
ou VAD

STANDARDS



L1

Laits pour  
nourrissons



L2

Laits  
de suite

Laits de vache et de chèvre



LC

Laits de  
croissance

Consultation ONE

INDICATIONS  
SPÉCIFIQUES



L1

Préparations  
pour  
nourrissons

Epaisiss / HA / AR /  
Troubles digestifs  
mineurs



L2

Préparations  
de suite



L3

Boissons de  
croissance

Soja

Hors ONE

INDICATIONS  
THÉRAPEUTIQUES

