

Support pratique : Rechercher les causes de la dénutrition

Interrogez la mère d'un enfant souffrant de **dénutrition** pour déterminer les causes possibles du problème, puis conseillez la mère sur les moyens d'y remédier. Expliquez également les recommandations en matière d'alimentation telles que décrites dans le *carnet de croissance* pour le groupe d'âge actuel de l'enfant ou pour le groupe suivant si l'enfant va bientôt en faire partie.

Utilisez ce support pratique quand un enfant :

- **est émacié** (poids-pour-la taille couché/debout ou IMC-pour-l'âge au-dessous de la courbe de la valeur du z -2), ou
- **a un poids insuffisant** (poids-pour-l'âge au-dessous de la courbe -2 *) ou
- **a un retard de croissance** (taille couché/debout-pour-l'âge au-dessous de la courbe -2 *) et n'est pas en surpoids, ou
- **a tendance à évoluer vers l'un de ces problèmes.**

Transférez de toute urgence pour des soins spécialisés tout enfant qui :

- est **gravement émacié** (poids-pour-la taille couché/debout ou IMC-pour-l'âge au-dessous de la courbe de la valeur du z -3), ou
- montre des **signes cliniques de marasme ou de kwashiorkor**, et/ou
- a un **oedème des deux pieds.**

Retournez ce fascicule pour lire le *Support pratique : Rechercher les causes du surpoids*

Références des pages correspondant aux différents groupes d'âge:

De la naissance à 6 mois – pages 2 & 3 et 10 & 11

De 6 mois à 1 an – pages 4 & 5 et 10 & 11

De 1 à 2 ans – pages 6 & 7 et 10 & 11

De 2 à 5 ans – pages 8 & 9 et 10 & 11

* Note : Dans les populations gravement sous-alimentées, le nombre d'enfants ayant un poids-pour-l'âge et une taille couché/debout-pour-l'âge au-dessous de la courbe -2 sera important et il peut être nécessaire d'envisager des seuils inférieurs pour sélectionner les enfants pour lesquels des conseils seront donnés.

Pour un bébé, de la naissance à 6 mois

Rechercher les causes de la dénutrition

Etape 1. Déterminez si le bébé est malade actuellement ou souffre d'une maladie chronique qui pourrait constituer une cause de dénutrition.

Si oui, →

Si non, ↓

Soignez le bébé ou adressez-le à un service compétent.

Conseillez à la mère d'augmenter la fréquence des tétées et encouragez-la à continuer à le nourrir exclusivement au sein jusqu'à ce que le bébé ait six mois.

Attendez que l'enfant revienne pour une visite de contrôle avant de rechercher s'il existe d'autres raisons expliquant la dénutrition.

Etape 2. Expliquez qu'il existe de nombreuses causes possibles de dénutrition. Vous allez poser des questions à la mère pour mieux comprendre la situation du bébé et, avec l'aide de la mère, déterminer les causes probables du problème.

Etape 3. Demandez si le bébé tète moins (ou ou s'il mange moins) que d'habitude.

Si oui, demandez pourquoi. Puis →

Si, récemment, l'enfant n'a pas mangé moins que d'habitude, n'a pas été malade et n'a pas vécu de traumatisme ↓

Si le bébé a été malade, donnez à la mère les conseils suivants sur l'alimentation pendant la maladie et la convalescence. Dans ce groupe d'âge, cela signifie augmenter la fréquence de l'allaitement pour veiller à ce que le bébé reçoive tous les liquides et nutriments dont son corps a besoin pour récupérer après sa maladie et reconstituer ses réserves de nutriments.

Si le bébé a vécu un traumatisme (par exemple décès de la mère, changement de la personne qui s'occupe de lui), peut-être cet élément a-t-il contribué à la perte d'appétit. Évaluez la situation et décidez s'il faut rechercher les causes de la dénutrition avec la personne qui a amené l'enfant, ou attendre une autre fois. Si vous décidez d'attendre, donnez un rendez-vous pour une deuxième visite ou, s'il existe un programme de suivi à domicile, prévoyez une visite à domicile.

Etape 4. Posez les questions ci-dessous concernant l'alimentation de l'enfant. Ne donnez pas encore de conseils.

Écoutez attentivement les réponses de la mère et repérez toute cause de dénutrition, comme un allaitement pas assez fréquent, des difficultés avec la technique d'allaitement, une alimentation de substitution précoce, le remplacement du lait maternel par des substituts de médiocre qualité ou une alimentation de remplacement inadéquate

Après avoir posé les questions concernant l'alimentation pour ce groupe d'âge, rendez-vous aux étapes 5 à 8 (pages 10-11) pour tous les enfants.

A l'étape finale de l'entretien (étape 8), vous donnerez des conseils.



Questions concernant l'alimentation d'un bébé âgé de moins de 6 mois Pour ce groupe d'âge, l'allaitement maternel exclusif est recommandé.

Questions :

Conseils (à l'étape 8) si les causes sont diagnostiquées :

<p>Comment nourrissez-vous votre bébé ? <i>En cas d'allaitement maternel</i>, Combien de fois le bébé est-il nourri au sein pendant la journée ? Allaitiez-vous aussi pendant la nuit ? <i>En l'absence d'allaitement maternel</i>, voir la case ci-dessous.</p>	<p>Référez-vous aux recommandations figurant à la page 14 du <i>cahier de croissance</i> : Conseillez à la mère d'allaiter aussi souvent et aussi longtemps que le bébé le désire, jour et nuit.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Si l'allaitement maternel a lieu moins de 8 fois en 24 heures, conseillez d'augmenter la fréquence des tétées. 																
<p>Donnez-vous d'autres liquides en plus du lait maternel ? Si oui, pourquoi ? Donnez-vous au bébé des aliments semi-solides ou solides ?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Conseillez à la mère de diminuer progressivement la proportion d'autres liquides et aliments et de ne donner que du lait maternel jusqu'à l'âge de 6 mois, si elle veut bien essayer et que sa situation (à la maison et au travail) le lui permet. ● Rassurez la mère quant au fait qu'elle peut produire tout le lait dont le bébé a besoin. ● Suggérez à la mère d'allaiter plus souvent et plus longtemps, jour et nuit, et réduisez progressivement la proportion de l'autre lait ou des autres aliments. ● Pour les moments où la mère doit laisser le bébé, encouragez-la à tirer son lait qui sera donné au bébé pendant son absence. Si elle le désire, apprenez-lui à tirer son lait. Apprenez-lui également à utiliser du savon et de l'eau chaude (bouillie) pour nettoyer le récipient de stockage et la tasse du bébé, et comment stocker le lait maternel jusqu'à ce qu'il soit donné au bébé (réfrigération ou conservation à température ambiante pendant 8 heures maximum). 																
<p>Avez-vous des problèmes pour allaiter ? Si possible, évaluez l'allaitement maternel :</p> <ul style="list-style-type: none"> – Évaluez la prise du sein et la tétée. – Regardez s'il y a des ulcérations ou des plaques blanches (muguet) dans la bouche du bébé. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Si le bébé ne prend pas bien le sein ou ne tète pas de façon efficace, expliquez à la mère la bonne position et la bonne prise du sein, ou adressez-la à un conseiller en allaitement maternel pour une consultation et des conseils en matière d'allaitement. ● En cas d'ulcérations ou de plaques blanches (muguet), soignez l'enfant ou adressez-le à un service compétent. 																
<p>Si le bébé n'est pas nourri au sein, posez les questions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Quel lait pour nourrisson ou autre type de lait lui donnez-vous ? En quelle quantité ? ● A quelle fréquence nourrissez-vous le bébé ? ● Comment préparez-vous le lait ? ● Qu'utilisez-vous pour nourrir le bébé ? <p><i>Si vous le jugez approprié, discutez avec la mère pour déterminer si elle est prête à reprendre l'allaitement.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Donnez à la mère les conseils suivants : <ul style="list-style-type: none"> – Utiliser un substitut du lait maternel approprié. – S'assurer que l'autre lait est préparé correctement et dans le respect des règles d'hygiène, et donné en quantités adéquates. – Terminer le lait préparé dans l'heure qui suit. ● Si un biberon est utilisé pour nourrir le bébé : <ul style="list-style-type: none"> – Recommandez de remplacer le biberon par une tasse. – Montrez à la mère comment nourrir le bébé avec une tasse. <p><i>Si c'est approprié et que la mère est prête à reprendre l'allaitement, adressez-la à un conseiller en allaitement.</i></p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Age en mois</th> <th>Repas par jour</th> <th>Quantité de lait ou substitut par repas</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>0 à 1</td> <td>8</td> <td>60 ml</td> </tr> <tr> <td>1 à 2</td> <td>7</td> <td>90 ml</td> </tr> <tr> <td>2 à 4</td> <td>6</td> <td>120 ml</td> </tr> <tr> <td>4 à 6</td> <td>6</td> <td>150 ml</td> </tr> </tbody> </table>	Age en mois	Repas par jour	Quantité de lait ou substitut par repas	0 à 1	8	60 ml	1 à 2	7	90 ml	2 à 4	6	120 ml	4 à 6	6	150 ml
Age en mois	Repas par jour	Quantité de lait ou substitut par repas															
0 à 1	8	60 ml															
1 à 2	7	90 ml															
2 à 4	6	120 ml															
4 à 6	6	150 ml															

Rendez-vous à la page 10, étape 5, et posez les questions concernant les autres facteurs pouvant contribuer à la dénutrition du bébé.

Pour un bébé âgé de 6 mois à 1an

Rechercher les causes de la dénutrition

Etape 1. Déterminez si le bébé est malade actuellement ou souffre d'une maladie chronique qui pourrait constituer une cause de dénutrition.

Si non, ↓

Si oui, →

Soignez le bébé ou adressez-le à un service compétent.

Conseillez à la mère de nourrir le bébé en suivant les recommandations figurant aux pages 16 à 17 du *carnet de croissance* .

Attendez que l'enfant revienne pour une visite de contrôle avant de rechercher s'il existe d'autres raisons expliquant la dénutrition.

Etape 2. Expliquez qu'il existe de nombreuses causes possibles de dénutrition. Vous allez poser des questions à la mère pour mieux comprendre la situation du bébé et, avec l'aide de la mère, déterminer les causes probables du problème.

Etape 3. Demandez si le bébé tète moins (ou ou s'il mange moins) que d'habitude.

Si oui, demandez pourquoi. Puis →

Si, récemment, l'enfant n'a pas mangé moins que d'habitude, n'a pas été malade et n'a pas vécu de traumatisme ↓

Si le bébé a été malade, donnez à la mère les conseils suivants sur l'alimentation pendant la maladie: nourrir le bébé conformément aux recommandations pour ce groupe d'âge et donner aussi plus de liquides (allaiter davantage un bébé nourri au sein); encourager l'enfant à consommer des aliments tendres, variés, appétissants et les aliments qu'il préfère. Après la maladie, donner plus de nourriture plus souvent que d'habitude, et encourager le bébé à manger davantage.

Si le bébé a vécu un traumatisme (par exemple décès de la mère, changement de la personne qui s'occupe de lui), peut-être cet élément a-t-il contribué à la perte d'appétit. Évaluez la situation et décidez s'il faut rechercher les causes de la dénutrition avec la personne qui a amené l'enfant, ou attendre une autre fois. Si vous décidez d'attendre, donnez un rendez-vous pour une deuxième visite ou, s'il existe un programme de suivi à domicile, prévoyez une visite à domicile.

Etape 4. Posez les questions ci-dessous concernant l'alimentation de l'enfant. Ne donnez pas encore de conseils.

Écoutez attentivement les réponses de la mère et repérez toute cause de dénutrition, comme une alimentation inadéquate ou insuffisante, ou des pratiques en matière d'alimentation inadaptées.

Après avoir posé les questions concernant l'alimentation pour ce groupe d'âge, rendez-vous aux étapes 5 à 8 (pages 10-11) pour tous les enfants.

A l'étape finale de l'entretien (étape 8), vous donnerez des conseils.



Questions concernant l'alimentation d'un bébé âgé de 6 mois à 1 an

Questions :

Conseils (à l'étape 8) si les causes sont diagnostiquées :

<p>Allaitiez-vous votre bébé ? Si oui, Combien de fois allaitez-vous le bébé en 24 heures ?</p> <p>Donnez-vous d'autres liquides en plus du lait maternel ? Lesquels ?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conseillez à la mère d'allaiter aussi souvent que le bébé le désire. • Conseillez à la mère de choisir des liquides riches en nutriments (lait, soupes) plutôt que des boissons à faible valeur nutritive (par exemple thé, café, boissons sucrées et jus sucrés dilués) qui gavent facilement le bébé sans apporter beaucoup de nutriments.
<p>Si le bébé est nourri avec du lait pour nourrisson ou tout autre type de lait, posez les questions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Quel lait pour nourrisson ou autre type de lait lui donnez-vous ? En quelle quantité ? • Combien de fois nourrissez-vous le bébé ? • Comment préparez-vous le lait ? • Qu'utilisez-vous pour nourrir le bébé ? 	<ul style="list-style-type: none"> • Donnez à la mère les conseils suivants : <ul style="list-style-type: none"> – S'assurer que l'autre lait ou aliment est préparé correctement et dans le respect des règles d'hygiène et donné en quantités adéquates. – Terminer le lait préparé dans l'heure qui suit. • Si un biberon est utilisé pour nourrir le bébé : <ul style="list-style-type: none"> – Recommandez de remplacer le biberon par une tasse. – Montrez à la mère comment nourrir le bébé avec une tasse.
<p>Le bébé commence-t-il à manger des aliments semi-solides ou solides ? Si non, →</p> <p>Si oui ↓</p>	<p>Conseillez à la mère de commencer à donner des aliments complémentaires, comme il est expliqué à la page 16 <i>du carnet de croissance</i>.</p> <p>Et ↓</p>
<p>Quels aliments prend-il ?</p> <p>Combien de repas prend-t-il par jour ? Quelle quantité de nourriture mange-t-il à chaque repas ?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conseillez à la mère de choisir des aliments nutritifs, comme ceux indiqués à la page 15 du <i>carnet de croissance</i>. • Conseillez de donner la taille des portions et le nombre de repas recommandés aux pages 16 et 17 du <i>carnet de croissance</i>. A l'âge de 1 an, l'enfant devrait prendre 3 ou 4 repas par jour plus 1 ou 2 collations. • Donnez des conseils sur la préparation des aliments en toute sécurité, comme il est expliqué à la page 20 du <i>carnet de croissance</i>.
<p>Qu'utilisez-vous pour nourrir l'enfant ? L'enfant reçoit-il sa propre portion ? Qui nourrit l'enfant et comment ?</p>	<p>Conseillez à la mère de suivre les recommandations figurant en page 17 du <i>carnet de croissance</i> pour encourager son bébé à manger, par exemple :</p> <ul style="list-style-type: none"> – S'asseoir avec l'enfant et l'encourager à manger. Il est probable qu'un enfant de ce groupe d'âge ne pourra pas manger seul. – Donner à l'enfant une portion adéquate servie dans une assiette ou un bol séparé.

	Lait animal	Lait pour nourrisson du commerce
Si d'autres aliments d'origine animale sont consommés régulièrement	200 à 400 ml	300 à 500 ml
Si d'autres aliments d'origine animale ne sont pas consommés	300 à 500 ml	400 à 550 ml

6 mois à 1 an

Rendez-vous à la page 10, étape 5, et posez les questions concernant les autres facteurs pouvant contribuer à la dénutrition du bébé.

Pour un enfant âgé de 1 à 2 ans

Rechercher les causes de la dénutrition

Etape 1. Déterminez si l'enfant est malade actuellement ou souffre d'une maladie chronique qui pourrait constituer une cause de dénutrition.

Si non, ↓

Si oui, →

Soignez l'enfant ou adressez-le à un service compétent.

Conseillez à la mère de nourrir l'enfant conformément aux recommandations figurant en page 18 du *cahier de croissance*.

Attendez que l'enfant revienne pour une visite de contrôle avant de rechercher s'il existe d'autres raisons expliquant la dénutrition.

Etape 2. Expliquez qu'il existe de nombreuses causes possibles de dénutrition. Vous allez poser des questions à la mère pour mieux comprendre la situation de l'enfant et, avec l'aide de la mère, déterminer les causes probables du problème.

Etape 3. Demandez si l'enfant tète moins ou s'il mange moins que d'habitude.

Si oui, demandez pourquoi. Puis →

Si, récemment, l'enfant n'a pas mangé moins que d'habitude, n'a pas été malade et n'a pas vécu de traumatisme ↓

Si l'enfant a été malade, donnez à la mère les conseils suivants sur l'alimentation pendant la maladie : nourrir l'enfant conformément aux recommandations pour ce groupe d'âge et donner aussi plus de liquides (allaiter davantage un enfant nourri au sein) ; encourager l'enfant à consommer des aliments tendres, variés, appétissants et les aliments qu'il préfère. Après la maladie, donner plus de nourriture plus souvent que d'habitude, et encourager l'enfant à manger davantage.

Si l'enfant a vécu un traumatisme (par exemple décès dans la famille, remplacement de la personne qui s'occupe de lui), peut-être cet élément a-t-il favorisé la perte d'appétit. Évaluez la situation et décidez s'il faut rechercher les causes de la dénutrition avec la personne qui a amené l'enfant, ou attendre une autre fois. Si vous décidez d'attendre, donnez un rendez-vous pour une deuxième visite ou, s'il existe un programme de suivi à domicile, prévoyez une visite à domicile.

Etape 4. Posez les questions concernant l'alimentation ci-dessous. Ne donnez pas encore de conseils.

Écoutez attentivement les réponses de la mère et repérez toute cause de dénutrition, comme une alimentation inadéquate ou insuffisante, ou des pratiques en matière d'alimentation inadaptées.

Après avoir posé les questions concernant l'alimentation pour ce groupe d'âge, rendez-vous aux étapes 5 à 8 (pages 10-11) pour tous les enfants.

A l'étape finale de l'entretien (étape 8), vous donnerez des conseils.



Questions concernant l'alimentation d'un enfant âgé de 1 à 2 ans

L'allaitement maternel est encouragé jusqu'à l'âge de 2 ans et au-delà avec une alimentation complémentaire adéquate.

Questions :

Conseils (à l'étape 8) si les causes sont diagnostiquées :

<p>Allaitez-vous votre enfant ?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Recommandez de poursuivre l'allaitement maternel aussi souvent que l'enfant le désire. • Si l'enfant n'est pas nourri au sein, le lait est un aliment d'origine animale essentiel.
<p>Quels aliments l'enfant mange-t-il ?</p> <ul style="list-style-type: none"> – L'enfant mange-t-il de la viande, du poisson, de la volaille ? Des oeufs, du lait et des produits laitiers ? Des légumineuses et des noix, noisettes, etc. ? – Quel aliment de base l'enfant reçoit-il (par exemple céréales, bouillie, céréales cuisinées) ? – L'aliment de base est-il épais ou dilué ? – L'enfant mange-t-il des fruits et des légumes ? – Y a-t-il des aliments auxquels l'enfant est allergique ou qu'il ne mange pas ? 	<p>Référez-vous aux aliments recommandés énumérés à la page 15 du <i> carnet de croissance </i>.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Encouragez l'ajout de légumineuses et d'aliments d'origine animale aux repas pour améliorer la qualité nutritive du régime. Cela est particulièrement important chez l'enfant ayant un retard de croissance pour favoriser la croissance en taille sans gain de poids excessif. • Si le régime est surtout à base de céréales, encouragez la mère à préparer des céréales épaisses, non diluées, et à ajouter un peu de matière grasse (par exemple de l'huile) pour augmenter la valeur énergétique. • Encouragez la mère à donner des fruits et des légumes à coloration jaune et des légumes à feuilles vert sombre. • Si l'enfant est allergique à un aliment spécifique, donnez des conseils sur le choix d'un aliment de remplacement qui contient les mêmes nutriments. • Encouragez la mère à proposer d'autres aliments ; les aliments nouveaux peuvent être introduits progressivement.
<p>Combien de fois l'enfant mange-t-il chaque jour ? Quelle quantité l'enfant mange-t-il en un repas ?</p>	<p>Comme il est expliqué à la page 18 du <i> carnet de croissance </i>, recommandez de donner 3 ou 4 repas par jour (3/4 à 1 tasse chacun) d'aliments complémentaires ou consommés par la famille, plus 1 ou 2 collations entre les repas.</p>
<p>Qu'utilisez-vous pour nourrir l'enfant ? L'enfant reçoit-il sa propre portion ? Qui nourrit l'enfant et comment ?</p>	<p>Conseillez à la mère d'aider activement l'enfant à manger :</p> <ul style="list-style-type: none"> – S'asseoir avec l'enfant et l'encourager à manger. – Donner à l'enfant une portion adéquate servie dans une assiette ou un bol séparé. – Encourager patiemment l'enfant à manger jusqu'à ce qu'il ou elle ait terminé la portion. – Proposer plus de nourriture à un enfant qui termine son assiette et en veut plus.
<p>L'enfant a-t-il bon appétit ?</p>	<p>Suggérez de choisir des aliments variés et appétissants pour encourager l'enfant à manger.</p>

Rendez-vous à la page 10, étape 5, et posez les questions concernant les autres facteurs pouvant contribuer à la dénutrition de l'enfant

Pour un enfant âgé de 2 à 5 ans

Rechercher les causes de la dénutrition

<p>Etape 1. Déterminez si l'enfant est malade actuellement ou souffre d'une maladie chronique qui pourrait constituer une cause de dénutrition.</p> <p style="text-align: right;">Si oui, →</p> <p style="text-align: center;">Si non, ↓</p>	<p>Soignez l'enfant ou adressez-le à un service compétent.</p> <p>Conseillez à la mère de nourrir l'enfant conformément aux recommandations figurant en page 19 du <i>carnet de croissance</i>.</p> <p>Attendez que l'enfant revienne pour une visite de contrôle avant de rechercher s'il existe d'autres raisons expliquant la dénutrition.</p>
<p>Etape 2. Expliquez qu'il existe de nombreuses causes possibles de dénutrition. Vous allez poser des questions à la mère pour mieux comprendre la situation de l'enfant et, avec l'aide de la mère, déterminer les causes probables du problème.</p>	
<p>Etape 3. Demandez si l'enfant tète moins ou s'il mange moins que d'habitude.</p> <p style="text-align: center;">Si oui, demandez pourquoi. Puis →</p> <p>Si, récemment, l'enfant n'a pas mangé moins que d'habitude, n'a pas été malade et n'a pas vécu de traumatisme ↓</p>	<p>Si l'enfant a été malade, donnez à la mère les conseils suivants sur l'alimentation pendant la maladie : nourrir l'enfant conformément aux recommandations pour ce groupe d'âge et donner aussi plus de liquides (allaiter davantage un enfant nourri au sein) ; encourager l'enfant à consommer des aliments tendres, variés, appétissants et les aliments qu'il préfère. Après la maladie, donner plus de nourriture plus souvent que d'habitude, et encourager l'enfant à manger davantage.</p> <p>Si l'enfant a vécu un traumatisme (par exemple décès dans la famille, remplacement de la personne qui s'occupe de lui), peut-être cet élément a-t-il favorisé la perte d'appétit. Évaluez la situation et décidez s'il faut rechercher les causes de la dénutrition avec la personne qui a amené l'enfant, ou attendre une autre fois. Si vous décidez d'attendre, donnez un rendez-vous pour une deuxième visite ou, s'il existe un programme de suivi à domicile, prévoyez une visite à domicile.</p>
<p>Etape 4. Posez les questions concernant l'alimentation ci-dessous. Ne donnez pas encore de conseils. Écoutez attentivement les réponses de la mère et repérez toute cause de dénutrition, comme une alimentation inadéquate ou insuffisante, ou des pratiques en matière d'alimentation inadaptées.</p> <p>Après avoir posé les questions concernant l'alimentation pour ce groupe d'âge, rendez-vous aux étapes 5 à 8 (pages 10-11) pour tous les enfants.</p> <p><u>A l'étape finale de l'entretien (étape 8), vous donnerez des conseils.</u></p>	



Questions concernant l'alimentation d'un enfant âgé de 2 à 5 ans

Un enfant appartenant à ce groupe d'âge a besoin d'un régime nutritif et varié ainsi que d'occasions de jouer et de se développer.

Questions :

Conseils (à l'étape 8) si les causes sont diagnostiquées :

<p>Quels aliments l'enfant mange-t-il ?</p> <ul style="list-style-type: none"> – L'enfant mange-t-il de la viande, du poisson, de la volaille ? Des oeufs, du lait et des produits laitiers ? Des légumineuses et des noix, noisettes, etc. ? – Quel aliment de base l'enfant reçoit-il (par exemple céréales, bouillie, céréales cuisinées) ? – L'aliment de base est-il épais ou dilué ? – L'enfant mange-t-il des fruits et des légumes ? – Y a-t-il des aliments auxquels l'enfant est allergique ou qu'il ne consomme pas ? <p>Combien de repas l'enfant prend-il chaque jour ? Quelle quantité l'enfant mange-t-il en un repas ?</p> <p>L'enfant prend-il des collations entre les repas ? Combien ? Que mange-t-il lors de ces collations ?</p>	<p>Référez-vous aux recommandations en matière d'alimentation figurant à la page 19 du <i>cahier de croissance</i>.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conseillez à la mère de donner à l'enfant : <ul style="list-style-type: none"> – 3 repas chaque jour comportant des aliments consommés par la famille. – Ainsi que, deux fois par jour, des collations nutritives entre les repas, par exemple _____. • Encouragez le choix de légumineuses et d'aliments d'origine animale pour les repas de la famille afin d'améliorer la qualité nutritive du régime. Cela est particulièrement important chez l'enfant ayant un retard de croissance pour favoriser la croissance en taille sans gain de poids excessif. • Si le régime est surtout à base de céréales, encouragez la mère à préparer des céréales épaisses, non diluées. • Encouragez la mère à donner des fruits et des légumes à coloration jaune et des légumes à feuilles vert sombre. • Si l'enfant est allergique à un aliment spécifique, donnez des conseils sur le choix d'un aliment de remplacement qui contient les mêmes nutriments.
<p>Qui nourrit l'enfant ?</p> <p>Comment nourrissez-vous l'enfant ?</p> <ul style="list-style-type: none"> – Vous asseyez-vous avec l'enfant et l'encouragez-vous à manger ? – L'enfant a-t-il sa propre assiette ? 	<p>Donnez à la mère les conseils suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> – S'asseoir avec l'enfant et l'encourager à manger. – Donner à l'enfant une portion adéquate servie dans une assiette ou un bol séparé. – Encourager patiemment l'enfant à manger jusqu'à ce qu'il ait terminé la portion. – Proposer plus de nourriture à un enfant qui termine son assiette et en veut plus.
<p>L'enfant a-t-il bon appétit ?</p>	<p>Encouragez la mère à proposer une grande variété d'aliments que l'enfant trouvera appétissants.</p>

Rendez-vous à l'étape 5, en page suivante, et posez les questions concernant les autres facteurs pouvant contribuer à la dénutrition de l'enfant

Pour poursuivre la recherche des causes de la dénutrition (pour les enfants de tous âges)

Conseils (à l'étape 8) si les causes sont diagnostiquées :

Etape 5. Demandez à la mère si son enfant a souvent l'air fatigué ou malade (diarrhée, toux ou fièvre, par exemple) ?

Si non, rendez-vous à l'étape 6 plus bas.

Si oui, posez des questions à la mère pour connaître sa situation :

- La famille utilise-t-elle des latrines ou un W.-C. ?
- D'où provient l'eau utilisée par la famille ?
- Faites-vous bouillir ou traitez-vous votre eau de boisson ?
- Comment l'eau est-elle stockée dans votre maison ?
- Comment assurez-vous la propreté et la salubrité des aliments ? (Les ustensiles sont-ils lavés avec de l'eau propre ? Le lieu de stockage de la nourriture est-il propre ? Les restes de nourriture sont-ils manipulés sans risque ?)
- (Si le déparasitage est recommandé dans la zone) L'enfant a-t-il reçu un traitement vermifuge récemment ?

Référez-vous aux recommandations concernant la préparation des aliments en toute sécurité et l'hygiène à la page 20 du *cahier de croissance*.

Donnez des conseils à la mère sur les causes possibles des maladies à répétition, en particulier la diarrhée, et faites des suggestions spécifiques pour réduire si possible les infections dans son foyer.

- Mauvaises conditions d'hygiène : donnez des conseils sur l'utilisation des latrines et le lavage des mains après l'utilisation des latrines.
- Eau contaminée : donnez des conseils sur la collecte, le traitement et le stockage de l'eau en toute sécurité.
- Lavage des mains peu fréquent : indiquez comment et quand laver les mains (de l'enfant et de la personne qui s'en occupe).
- Aliments contaminés : faites connaître les pratiques sûres de manipulation des aliments (stockage et préparation des aliments).

Si nécessaire, donnez un traitement vermifuge à l'enfant ou adressez-le au service chargé du déparasitage.

Si l'enfant a un retard de croissance, expliquez que les maladies à répétition de l'enfant peuvent contribuer à sa petite taille. Il est important de résoudre tout problème susceptible de causer des maladies à répétition dans le foyer pour améliorer la croissance de l'enfant en taille.

Etape 6. Évaluez les facteurs sous-jacents possibles (sociaux et environnementaux) pouvant avoir des répercussions négatives sur l'alimentation de l'enfant et les soins qui lui sont apportés.

- Avec qui l'enfant habite-t-il ? La mère et le père de l'enfant habitent-ils avec lui ?
- Combien de personnes le foyer compte-t-il ? Combien d'enfants de moins de 5 ans le foyer compte-t-il ?
- Les parents sont-ils en bonne santé ?
- Le père passe-t-il du temps avec l'enfant et s'en occupe-t-il aussi ?
- Y a-t-il d'habitude assez à manger pour la famille ? Si ce n'est pas le cas, quelle est la cause principale de ce problème ?

Étudiez avec la personne qui s'occupe de l'enfant les possibilités de garantir que ce dernier reçoit suffisamment de nourriture, d'attention et de soins. Voyez avec elle où elle pourrait obtenir de l'aide.

Etape 7. Avec la mère, déterminez les causes les plus probables de la dénutrition de l'enfant.

Demandez à la mère quelles sont, à son avis, les causes de la dénutrition de l'enfant. Ecoutez sa réponse attentivement de façon à savoir de quelles causes elle a conscience.

« D'après les informations que vous m'avez données, il semble que la dénutrition de l'enfant puisse être due à plusieurs choses, mais elle est probablement due à _____ . »

Etape 8. Conseillez la mère sur les moyens de s'attaquer aux causes de la dénutrition. Revenez aux pages où sont donnés des conseils pour les différentes causes trouvées. Pour les causes liées spécifiquement à l'alimentation, reportez-vous aux pages suivantes:

- page 3 – De la naissance à l'âge de 6 mois
- page 5 – De l'âge de 6 mois à 1 an
- page 7 – De l'âge de 1 à 2 ans
- page 9 – De l'âge de 2 à 5 ans

Référez-vous aussi aux recommandations concernant l'alimentation pour le groupe d'âge de l'enfant figurant dans le *carnet de croissance*. Si l'enfant est sur le point de changer de groupe d'âge, reportez-vous aux recommandations pour le groupe suivant.

Pour les causes liées à une maladie récurrente ou à d'autres facteurs sociaux ou environnementaux, voir en page 10 les conseils à donner.

Posez la question suivante : « Compte tenu de ces causes, que pensez-vous pouvoir faire pour aider l'enfant ? »

Examinez avec la mère ce qu'il est possible de faire et voyez qui peut apporter une aide et un soutien. Tenez compte de sa situation et encouragez-la à prendre des mesures pour améliorer la croissance de son enfant. Avec la mère, définissez comme objectif un petit nombre de mesures (deux ou trois) qu'elle pourra prendre. Posez des questions pour vérifier qu'elle sait ce qu'il faut faire.

Convenez du moment où l'enfant devra revenir pour que sa croissance soit à nouveau évaluée.

Pour poursuivre la recherche des causes du surpoids (pour les enfants de tous âges)

Questions :

Conseils (à l'étape 5) si les causes sont diagnostiquées :

Etape 3 : Posez des questions sur l'activité physique, pour tous les enfants de plus de 6 mois

Combien d'heures par jour l'enfant est-il physiquement inactif ? (Par exemple combien de temps un bébé passe-t-il confiné dans un berceau ou un porte-bébé ? Combien d'heures un enfant plus âgé regarde-t-il la télévision ou joue-t-il à des jeux vidéo ou sur ordinateur ?)

Quelles occasions l'enfant a-t-il de bouger et de se dépenser physiquement ? Combien de fois ?

- Laisser les bébés se déplacer à quatre pattes et dans un environnement sans danger.
- Limiter le temps passé à regarder la télévision ou à jouer à des jeux vidéo.
- Si l'enfant a une télévision ou un ordinateur dans sa chambre, mettez l'appareil dans une pièce familiale ou limitez son utilisation.
- Susciter et encourager des activités permettant à l'enfant de bouger et de se dépenser, comme marcher, sauter, jouer au ballon ou sauter à cloche-pied.
- Trouver des activités physiques que l'enfant appréciera. Faites participer l'enfant aux tâches ménagères, par exemple laver, balayer, porter.
- Encourager la famille à participer à des activités physiques régulières, par exemple faire des promenades à pied, faire de la bicyclette, jouer au ballon.

Etape 4 : Avec la mère, déterminez les causes les plus probables du surpoids de l'enfant.

Demandez à la mère quelles sont, à son avis, les causes principales du surpoids de l'enfant. Ecoutez sa réponse attentivement de façon à savoir de quelles causes elle a conscience.

« D'après les informations que vous m'avez données, il semble que le surpoids de l'enfant puisse être dû à plusieurs choses, mais il est probablement dû à _____ . »

Etape 5 : Conseillez la mère sur les moyens de s'attaquer aux causes du surpoids. Tenez compte de ce que vous avez appris sur les types de repas, les choix alimentaires et l'exercice physique dans la famille. Revenez aux conseils fournis pour les différentes causes dans les pages 2 à 4. Revoyez aussi les recommandations concernant l'alimentation pour le groupe d'âge de l'enfant qui figurent dans le *carnet de croissance* . Si l'enfant est sur le point de changer de groupe d'âge, référez-vous aux recommandations données pour le groupe suivant.

Posez la question suivante : « Compte tenu de ces causes, que pensez-vous pouvoir faire pour aider l'enfant ? »

Examinez avec la mère ce qu'il est possible de faire et voyez qui peut apporter une aide et un soutien. Tenez compte de sa situation et encouragez-la à prendre des mesures pour améliorer la croissance de son enfant. Avec la mère, définissez comme objectif un petit nombre de mesures (deux ou trois) qu'elle pourra prendre.

Posez des questions pour vérifier qu'elle sait ce qu'il faut faire.

Convenez du moment où l'enfant devra revenir pour que sa croissance soit à nouveau évaluée.

Pour un enfant âgé de 2 à 5 ans

Questions :

Conseils (à l'étape 5) si les causes sont diagnostiquées :

<p>Que mange l'enfant au cours d'une journée ordinaire ?</p> <ul style="list-style-type: none"> — Quel type d'aliment de base l'enfant mange-t-il ? Quel type de pain ? — L'enfant prend-il des boissons sucrées ? Combien de fois ? — L'enfant mange-t-il : <ul style="list-style-type: none"> * des gâteaux ou des aliments sucrés ? Combien de fois ? * du beurre ou de la margarine, ou des produits à tartiner sucrés (par exemple miel, chocolat, beurre d'arachide, confiture, gelée) ? En quelle quantité ? * des en-cas à haute valeur énergétique (par exemple des chips) ? Combien de fois ? * des aliments frits (par exemple des frites, du pain ou de la viande frits) ? Combien de fois ? * de la viande grasse ? 	<p>Donnez à la mère les conseils suivants sur une alimentation saine pour la famille :</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Proposer à la famille une grande variété d'aliments nutritifs. Modifier la préparation des aliments, si nécessaire, pour utiliser moins de matière grasse et de sucre. ● Apporter des sources de glucides non raffinés, par exemple du pain brun, des pommes de terre. ● Limiter la consommation de boissons sucrées (pas plus de deux fois par semaine). ● Limiter la consommation de gâteaux et d'aliments sucrés (pas plus de deux fois par semaine). ● Utiliser avec parcimonie les produits à tartiner sucrés ou riches en matières grasses. ● Eviter les en-cas à haute valeur énergétique. Donner des collations de fruits frais et de légumes (par exemple des bâtonnets de carottes). ● Réduire la consommation de produits frits. ● Enlever le gras de la viande.
<p>Combien de repas et de collations l'enfant prend-il chaque jour ? Pensez-vous que votre enfant mange trop aux repas ?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Prévoir et donner des repas et des collations régulières ; 3 repas par jour, plus 2 collations nutritives. ● Servir de petites portions, adaptées à l'âge, à la taille et au niveau d'activité de l'enfant. Laisser l'enfant terminer la portion avant d'offrir davantage. Attendre quelques minutes avant de le resservir pour déterminer s'il a vraiment faim. ● Ne pas forcer l'enfant à manger plus. ● Créer un environnement positif pour les repas, qui permette à l'enfant de se détendre et d'apprécier la saveur des aliments. ● Prendre les repas en famille quand c'est possible ; le moment du repas devrait être l'occasion d'engager une conversation agréable et non d'aborder des problèmes.
<p>L'enfant mange-t-il souvent entre les repas ? L'enfant a-t-il l'habitude de s'asseoir à table pour manger ?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Limiter les collations aux repas et aux collations prévues. ● Encourager toujours l'enfant à s'asseoir à table pour manger. Le dissuader de manger en regardant la télévision. ● Eviter d'utiliser la nourriture en guise de récompense, comme remède contre l'ennui, ou pour soulager les maux ou consoler l'enfant

Rendez-vous à l'étape 3 (en page suivante) pour poser des questions sur l'activité physique.

2 à 5 ans

Pour un bébé, de la naissance à 6 mois

Questions :

Conseils (à l'étape 5) si les causes sont diagnostiquées :

Le bébé est-il nourri exclusivement au sein ?

Si oui, →

- Encouragez la mère à ne donner que du lait maternel jusqu'à l'âge de 6 mois.
- Rassurez la mère d'un enfant nourri exclusivement au sein en lui expliquant que ces bébés maigrissent lorsqu'ils commencent à se déplacer à quatre pattes et à marcher.
- Encouragez la mère à continuer d'allaiter jusqu'à l'âge de 2 ans et au-delà.

Le bébé est-il toujours allaité?

Le bébé est-il nourri avec du lait pour nourrisson ou un autre type de lait ? Si oui,

- Quel lait pour nourrisson ou autre type de lait lui donnez-vous ?
- En quelle quantité ?
- Comment préparez-vous ce lait ?
- Ajoutez-vous quelque chose pour le sucrer ou l'épaissir ?

Donnez à la mère les conseils suivants :

- Si le bébé est nourri au sein comme il est recommandé en page 14 du *carnet de croissance* , il n'a pas besoin d'aliments ou de liquides supplémentaires.
- Les substituts du lait maternel devraient être préparés avec la bonne quantité d'eau et sans adjonction de sucre, de céréales ou d'épaississant.
- En l'absence d'allaitement maternel, la quantité de lait pour nourrisson ou d'autre type de lait par jour doit être de 480 ml à l'âge de 0-1 mois, 630 ml à 1-2 mois, 720 ml à 2-3 mois et 900 ml à l'âge de 4-6 mois.

Rendez-vous à l'étape 4 (en page 4) pour déterminer, avec la mère, les causes probables du problème

Pour un bébé âgé de 6 mois à 2 ans

Questions :

Conseils (à l'étape 5) si les causes sont diagnostiquées :

Quels aliments complémentaires le bébé mange-t-il ?

- Combien de fois par jour est-il nourri ?
- Quelle quantité de nourriture mange-t-il à chaque repas ?
- Quelle est la quantité de lait pour nourrisson ou d'autre type de lait donnée au bébé ?

Donnez à la mère les conseils suivants :

- Donner des aliments complémentaires nutritifs, éviter les aliments gras, les aliments sucrés et les céréales raffinées. Se référer à la liste des aliments appropriés figurant à la page 9 du *carnet de croissance* .
 - Suivre les recommandations concernant la taille des portions et le nombre de repas et de collations à la page 16 du *carnet de croissance* (pour les enfants âgés de 6 mois à 1 an) ou à la page 18 (pour les enfants âgés de 1 à 2 ans).
 - 500 ml de lait pour nourrisson par jour suffisent quand l'enfant prend aussi des aliments complémentaires.
- Ne pas forcer l'enfant à manger.

Rendez-vous à l'étape 3 (en page 4) pour poser des questions sur l'activité physique

Support pratique : Rechercher les causes du surpoids

Interrogez la mère d'un enfant en **surpoids** pour déterminer les causes possibles du problème, conseillez la mère sur les moyens d'y remédier. Discutez également des recommandations en matière d'alimentation qui figurent dans le *carnet de croissance* pour le groupe d'âge actuel de l'enfant ou pour le groupe suivant si l'enfant va bientôt en faire partie.

Utilisez ce support pratique pour interroger la mère d'un enfant qui :

- **est en surpoids** (poids-pour-la taille couché/debout ou IMC-pour-l'âge au-dessus de la courbe de la valeur du z 2), ou
- **a tendance à évoluer vers le surpoids.**

Si un enfant ayant un retard de croissance est en surpoids ou est obèse, le problème à régler pour le moment est le surpoids.

Orientez vers un service compétent pour un diagnostic médical et une prise en charge spécialisée tout enfant qui :

- est **obèse** (poids-pour-la taille couché/debout ou IMC-pour-l'âge au-dessus de la courbe 3).

S'il n'existe pas de système d'orientation-recours pour les enfants obèses, utilisez ce support pratique pour interroger la mère sur les causes du surpoids et lui donner des conseils appropriés.

Retournez ce fascicule pour lire le *Support pratique : Rechercher les causes de la dénutrition*

Etape 1 : Expliquez qu'il existe de nombreuses causes possibles de surpoids. Vous allez poser des questions à la mère pour mieux comprendre la situation de l'enfant et, avec l'aide de la mère, déterminer les causes probables du problème.

Etape 2 : Posez les questions concernant l'alimentation pour le groupe d'âge de l'enfant (deux pages suivantes). Ne donnez pas encore de conseils.

Après avoir posé les questions concernant l'alimentation pour l'âge de l'enfant, rendez-vous aux étapes 3 à 5.

A l'étape finale de l'entretien (étape 5), vous donnerez des conseils.