



PHOSPHATINE[®] NUTRISOY

Du FER pour bébé, sa santé protégée !

Le lait maternel est l'aliment idéal pour le nourrisson. Ces produits ne sont pas des substituts du lait maternel ; ils complètent l'alimentation de l'enfant dans le cadre d'une alimentation variée et équilibrée

blédina

À votre avis, pourquoi le fer est-il si important pour votre enfant ?



Atelier

Échange entre les mamans

SOMMAIRE

- 1 Pourquoi le fer est-il si important ?
- 2 Que se passe-t-il si les réserves en fer diminuent ?
- 3 Comment repérer une carence en fer ?
- 4 Pourquoi mon bébé serait-il anémié ?
- 5 Bien se nourrir... c'est prévenir !
- 6 Phosphatine[®]Nutrijoy, du fer et des vitamines depuis 3 générations

Pourquoi le fer est-il si important ?

Un minéral essentiel pour
une bonne santé¹ !



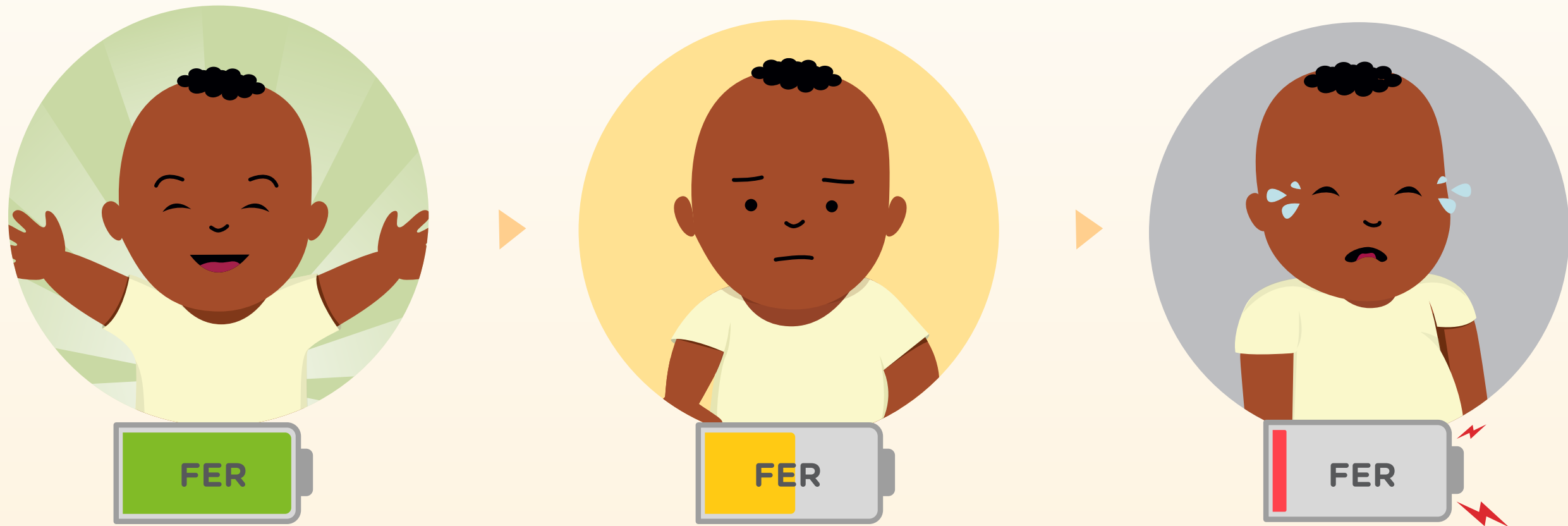
Développement
cognitif



Défenses
naturelles

1. Anses, Le fer, 2016.

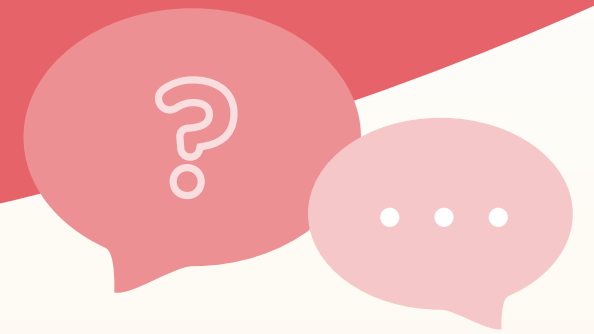
Que se passe-t-il si les réserves en fer diminuent ?



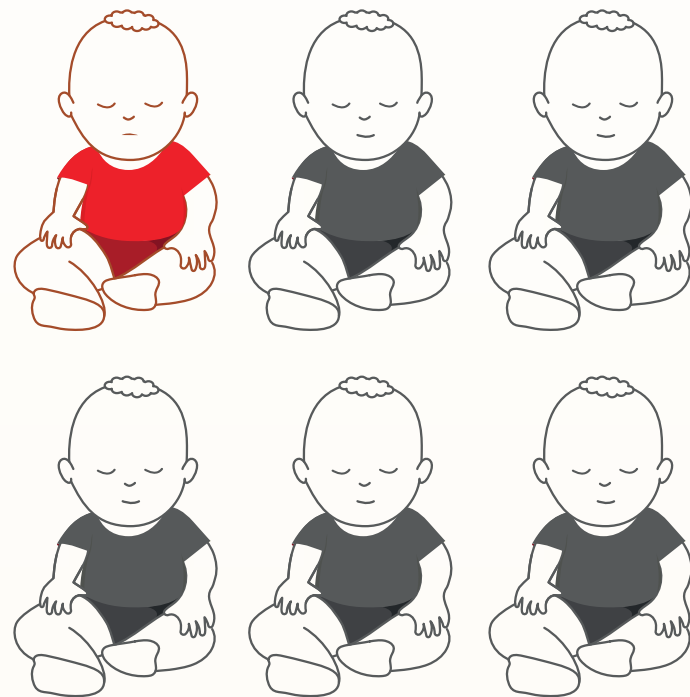
Les réserves en fer sont épuisées

Anémie en fer⁽¹⁾

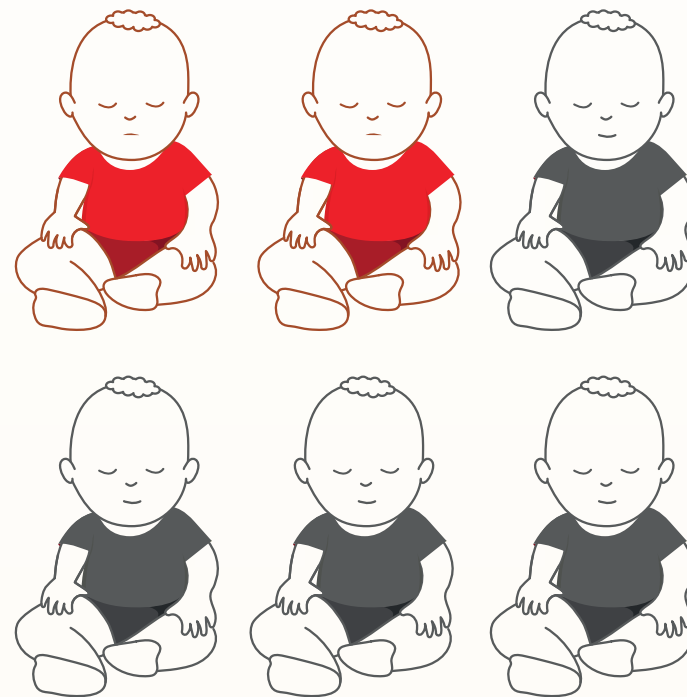
À votre avis, combien de bébés souffrent d'anémie ?¹



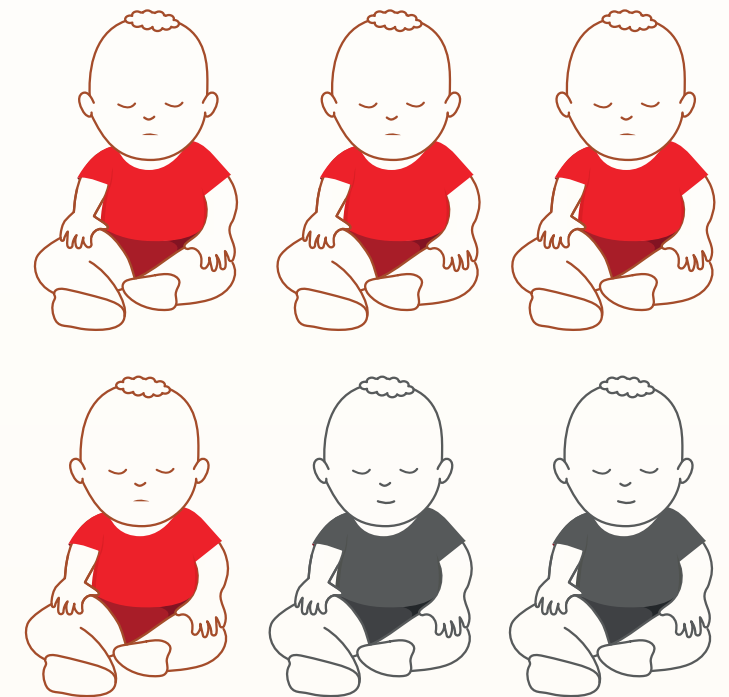
1 bébé sur 6



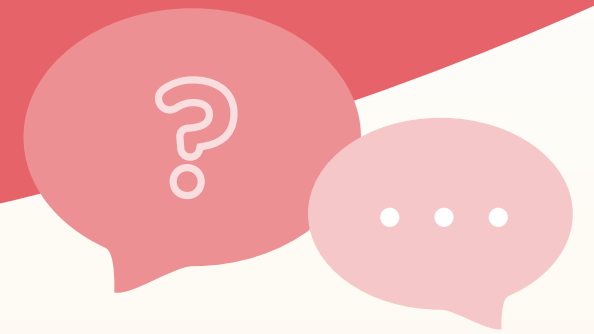
2 bébés sur 6



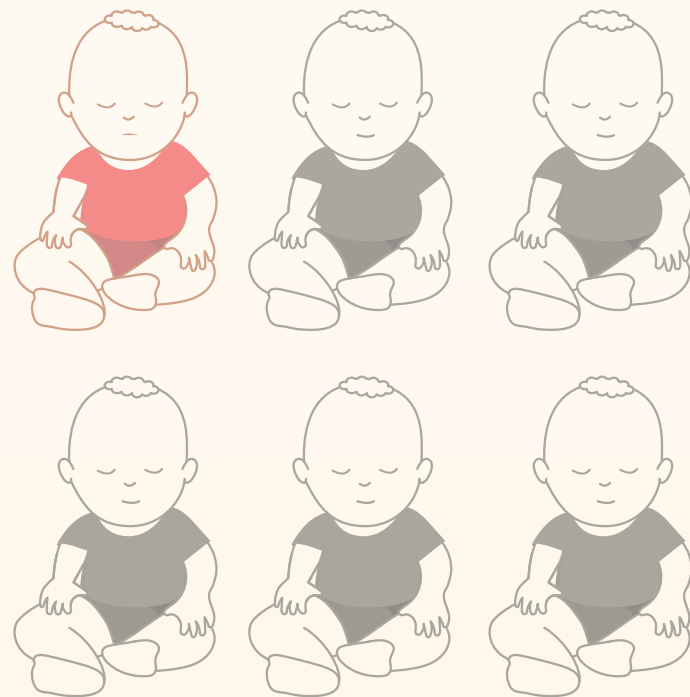
4 bébés sur 6



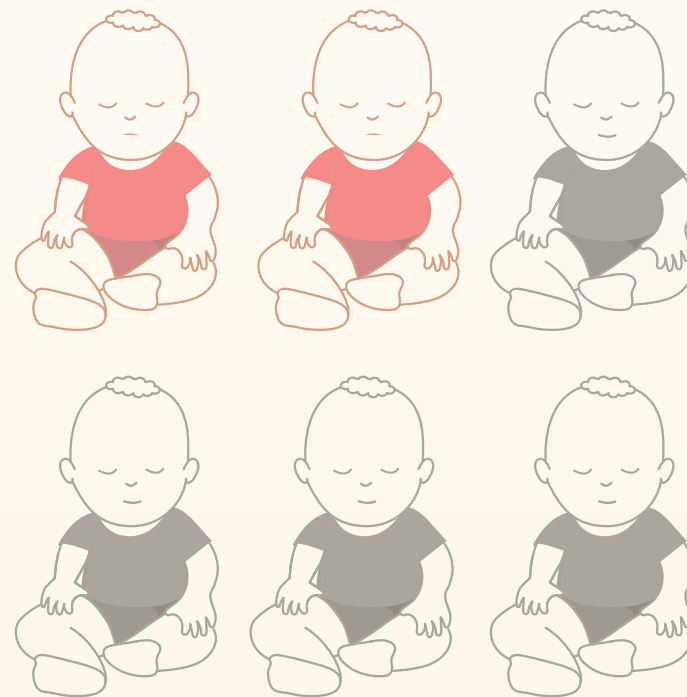
À votre avis, combien de bébés souffrent d'anémie ?¹



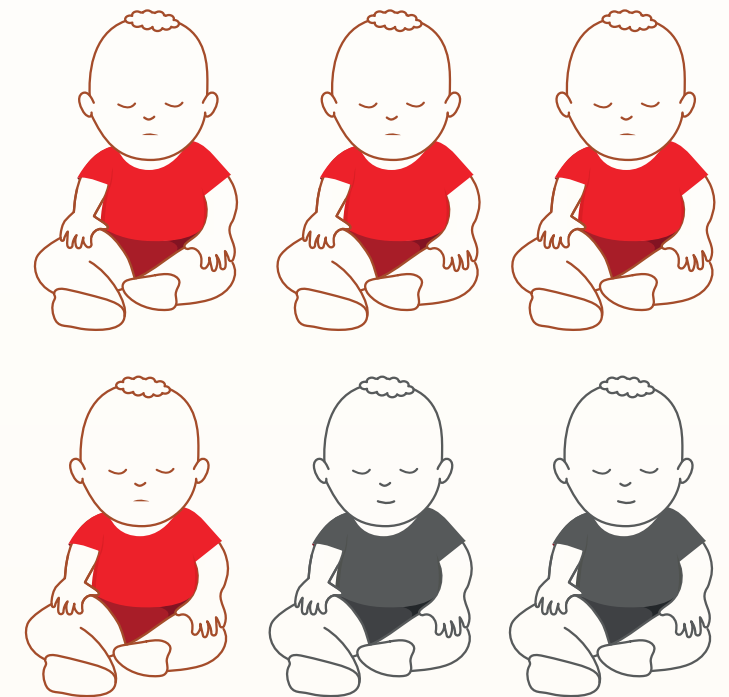
1 bébé sur 6



2 bébés sur 6



4 bébés sur 6



Comment savoir si votre enfant est carencé en fer ?



Atelier

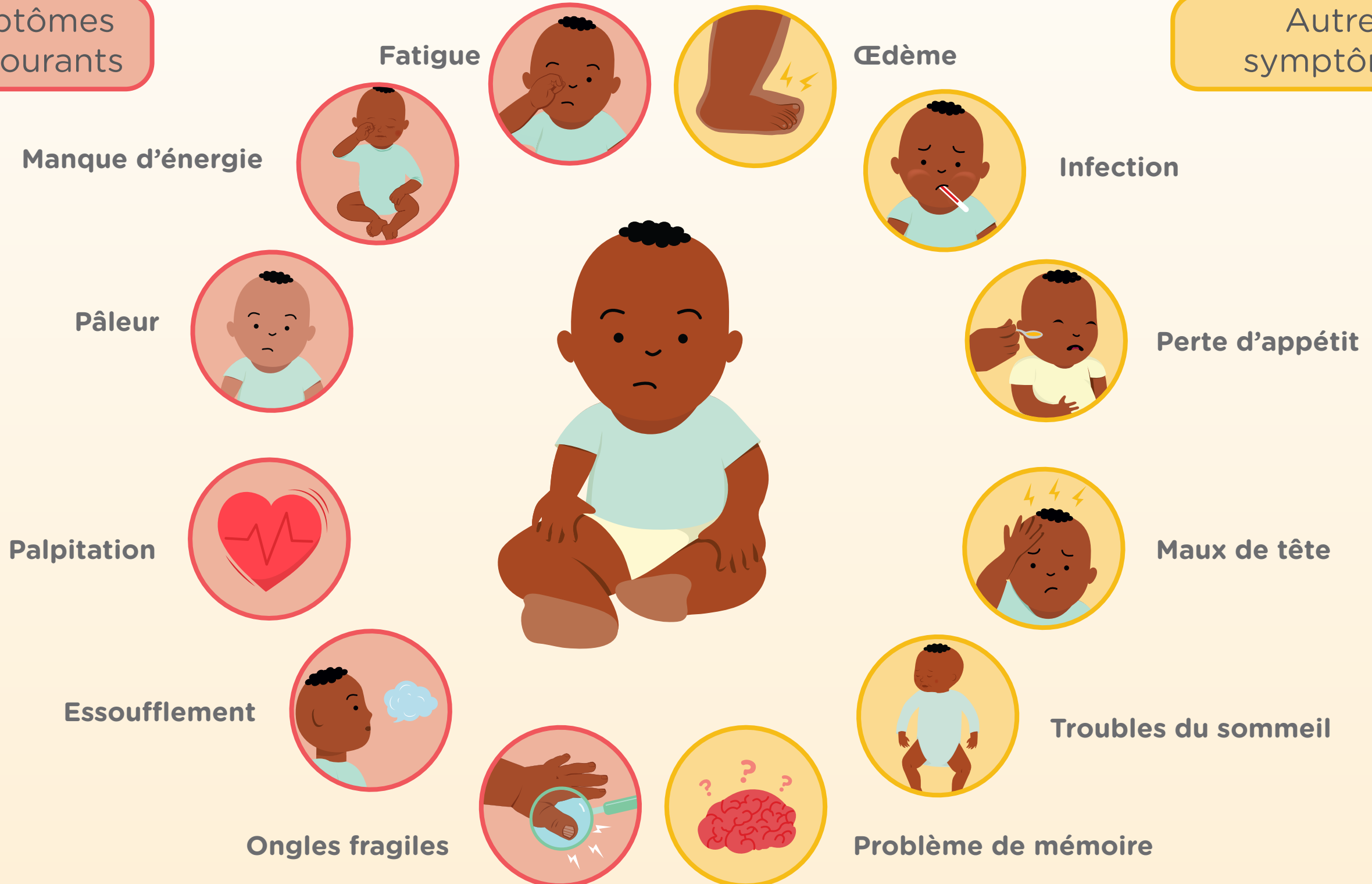
Tour de table pour recueillir les avis
et témoignages des mamans



Comment repérer une carence en fer ?¹

Les symptômes
les plus courants

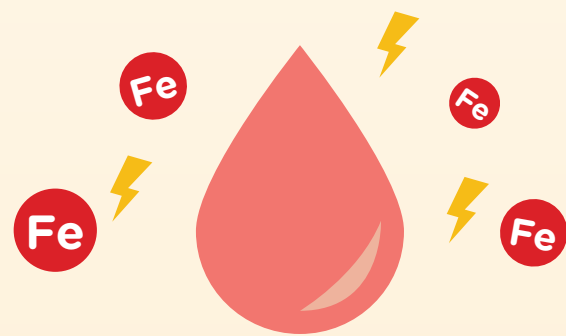
Autres
symptômes



Pourquoi mon bébé serait-il anémié ?¹



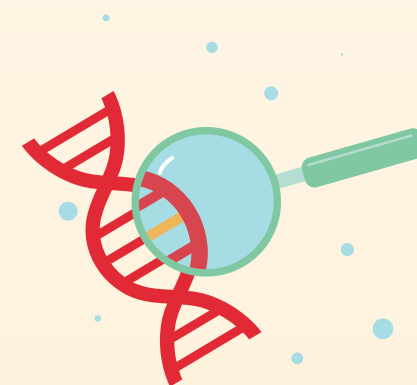
Il n'a pas mangé assez d'aliments apportant du fer



Son fer ne passe pas bien dans son sang



Il a une infection
(paludisme, perte de sang liée aux infections parasitiques...)



C'est une cause génétique

Bien se nourrir, c'est prévenir !

Document destiné à la formation des Parents par les professionnels de santé - Ne peut être distribué



Bien se nourrir, c'est prévenir !

De 0 à 6 mois,
**nourrir bébé uniquement
avec du lait maternel !**

Pas d'eau, de thé ou tout autre
liquide et pas d'aliments solides



Bien se nourrir, c'est prévenir !

Document destiné à la formation des Parents par les professionnels de santé - Ne peut être distribué



Après 6 mois
diversifier son
alimentation en plus
de l'allaitement*!



*Le lait (maternel de préférence) doit rester la base de l'alimentation de l'enfant.

La diversification après 6 mois

	0 mois	6 mois	7 mois	8 mois	9 mois	10 mois	11 mois	12 mois	24 mois	36 mois
 LAIT	 Lait maternel à la demande*	 Lait maternel à la demande						 Lait maternel à la demande		
	Lait infantile 1^{er} âge** entre 700 et 1000 ml/jour	Lait infantile 2^e âge** 800 ml puis 500 ml						Lait 3^e âge** (ou lait de croissance) 500 ml		
 PRODUITS LAITIERS (yaourt nature, fromage blanc ou pasteurisé, petit-suisse, etc...)	-	Quelques cuillères						1 yaourt ou 20 g de fromage		
 CÉRÉALES INFANTILES RECONSTITUÉES	-	 x 1 matin ou soir		 x 1 à 2 matin et/ou soir		 x 2 matin et/ou soir				
 FÉCULENTS ET PRODUITS CÉRÉALIERS (pomme de terre, patate douce, semoule, riz, pâtes, pain, etc.)	-	 x 1		 x 1 à 2		 x 4				
 LÉGUMES	-	 x 2 Cuits						 x 2 Cuits ou crus		
 FRUITS	-	 x 2 Cuits		 x 2 Cuits ou crus		 x 3 Cuits ou crus				
 VIANDES OU POISSONS	-	 x 2 Bien cuits		 x 4 Bien cuits		 x 6 Bien cuits				
 OU OEUFS (durs)	-	$\frac{1}{4}$		$\frac{1}{3}$		$\frac{1}{2}$				
 LÉGUMES SECS (pois chiche, fève, etc...)	-	-						Au moins 2 fois/semaine		
 MATIÈRES GRASSES AJOUTÉES (huile, beurre)	-	 x 1						 x 2		
 BOISSONS	-	Eau minérale ou de source ou eau potable et bouillie						Eau minérale ou de source ou eau potable et bouillie		
 SEL, SUCRE, PIMENT, MIEL	-	-						Avec modération		
 ÉPICES, HERBES AROMATIQUES	-	Épices : uniquement poivre, cannelle et safran Herbes aromatiques (sauf menthe) : bien lavées et cuites						Toutes les épices. Toutes les herbes aromatiques bien lavées, crues ou cuites		

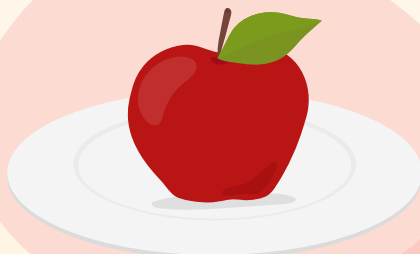
* En allaitement exclusif c'est-à-dire que du lait maternel et rien d'autre.
Pas d'eau, de tisane, ni d'aliment solide.

** Si bébé n'est pas allaité.

Les bonnes pratiques de la diversification¹



Chaque bébé **a son propre rythme**, respectez-le



Introduisez **1 nouvel ingrédient à la fois** et laissez plusieurs jours entre l'introduction de chaque nouvel ingrédient

En parallèle de l'allaitement, **introduire progressivement** des nouveaux aliments pour repérer d'éventuelles allergies



Adaptez les textures pour faciliter la transition du liquide au solide, de la texture mixée à de petits morceaux

Bien se nourrir, c'est prévenir !

**Ne surtout pas
oublier les aliments
riches en fer !**

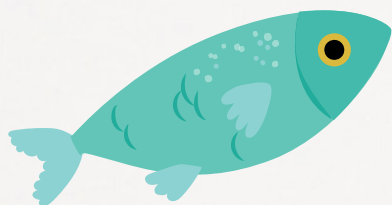
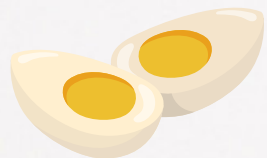
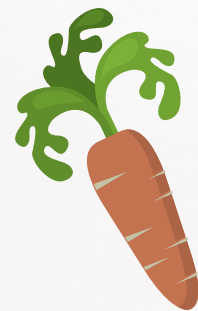


À votre avis, quels sont les aliments riches en fer ?



Atelier

échange entre les mamans autour
d'aliments apportés (ou visuels imprimés).
Sélectionner par groupe les aliments riches
en fer et ceux qui ne le sont pas



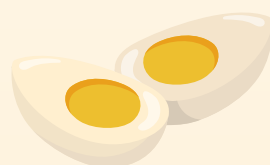
Ils sont riches en fer !



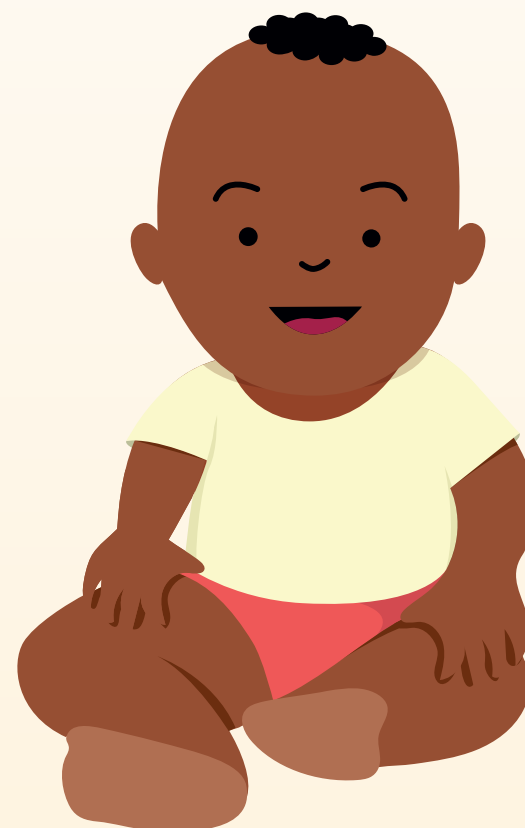
Lait maternel



Poisson



Œufs durs



Volaille
(dinde, poulet...)



**Céréales Phosphatine®
Nutrijoy***



Légumineuses
(lentilles, haricots blancs...)



Viande rouge
(bœuf, veau, agneau...)

* Le lait maternel est l'aliment idéal pour le nourrisson. Ces produits ne sont pas des substituts du lait maternel, ils complètent l'alimentation de l'enfant dans le cadre d'une alimentation variée et équilibrée.

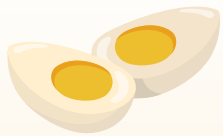
Bien se nourrir, c'est prévenir !

Des portions par jour à respecter



À partir de 6 mois

≥ 800mL puis ≥ 500mL

	6 à 8 mois	9 mois à 1 an	Après 1 an
 Œuf dur	 1/4 ou 10 g/j	 1/3 ou 20 g/j	 1/2 ou 30 g/j
 Viande ou poisson mixé	 10 g/j et	 20 g/j et	 30 g/j et
 Céréales lactées ou non lactées*	 1 portion		

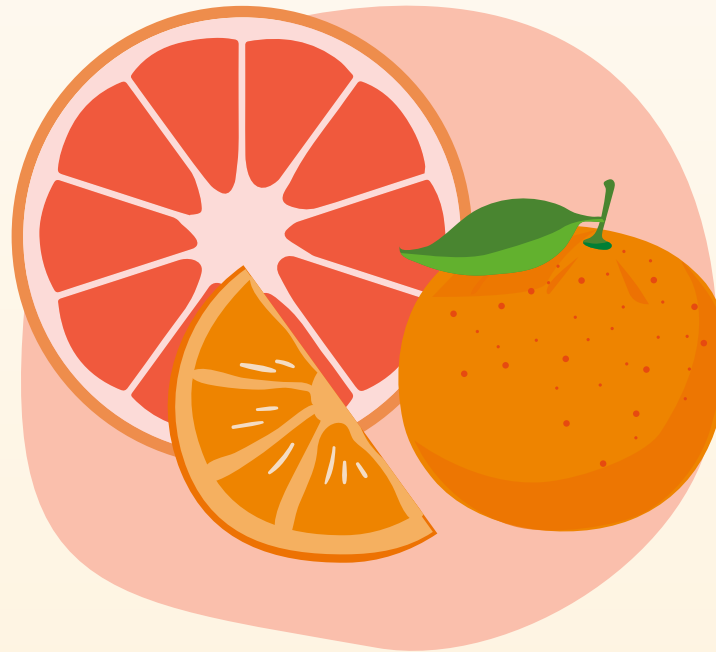
* Le lait maternel est l'aliment idéal pour le nourrisson. Ces produits ne sont pas des substituts du lait maternel, ils complètent l'alimentation de l'enfant dans le cadre d'une alimentation variée et équilibrée.

Vrai ou faux ?



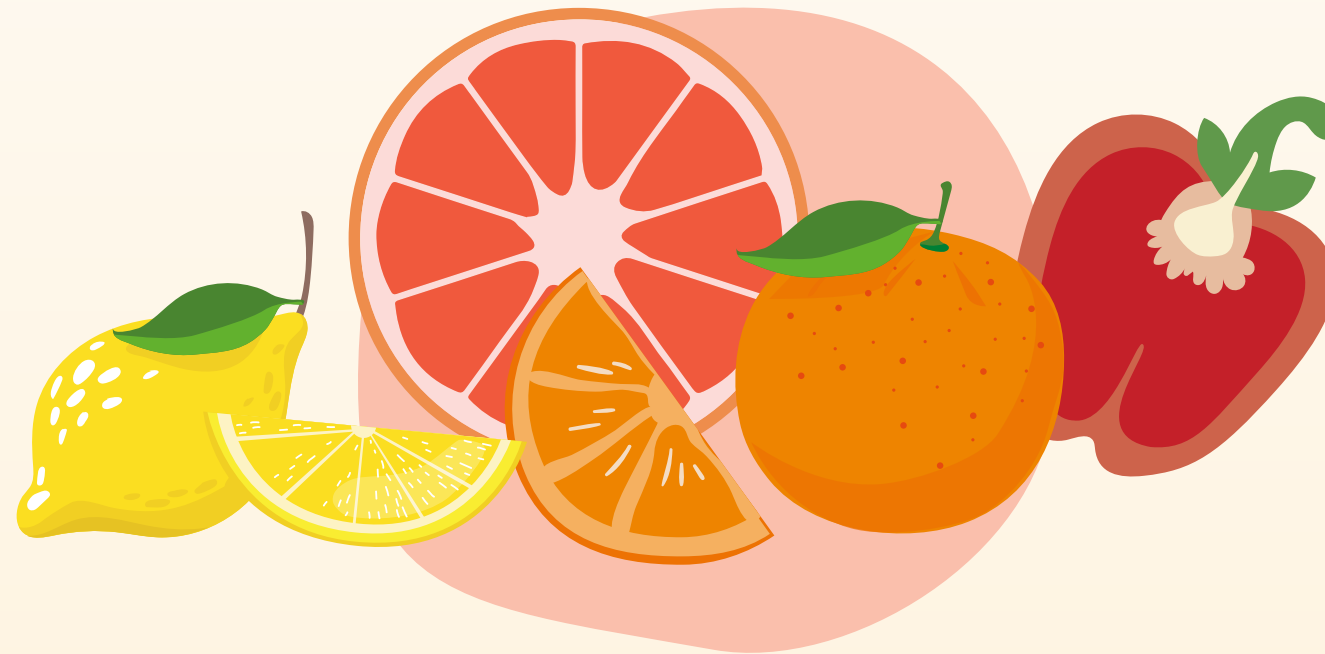
Atelier

vote à main levée « Qui dit vrai ? »



**Manger de l'orange ou du pamplemousse
aide à optimiser l'absorption du fer**

Vrai !



**Le citron, l'orange, le poivron, le pamplemousse...
sont riches en vitamine C, qui aide à mieux
absorber le fer des aliments**

Vrai ou faux ?



Atelier

vote à main levée « Qui dit vrai ? »



Pour optimiser l'absorption du fer, il faut aussi bien se laver les mains et utiliser de la vaisselle propre

Vrai !



**Une bonne hygiène permet de limiter
les risques de maladies et d'inflammation
limitant l'absorption du fer¹**

Phosphatine® Nutrijoy, du fer et des vitamines depuis 3 générations*

Vous connaissez ?

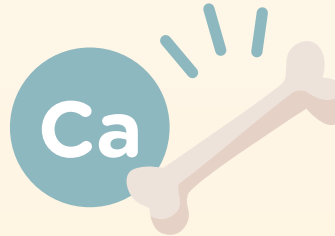


Phosphatine® Nutrijoy, du fer et des vitamines depuis 3 générations*




Des céréales


Du fer


Du calcium
pour les recettes lactées


Des vitamines



Phosphatine® Nutrijoy*, il y en a pour tous les goûts !

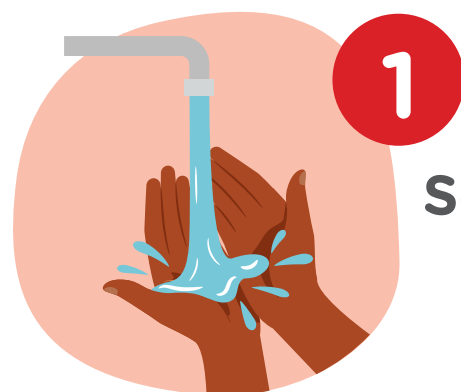
Document destiné à la formation des Parents par les professionnels de santé - Ne peut être distribué



* Le lait maternel est l'aliment idéal pour le nourrisson. Ces produits ne sont pas des substituts du lait maternel; ils complètent l'alimentation de l'enfant dans le cadre d'une alimentation variée et équilibrée.

Mode d'emploi de Phosphatine® Nutrijoy

Céréales lactées



1

Se laver les mains et vérifier la propreté des ustensiles



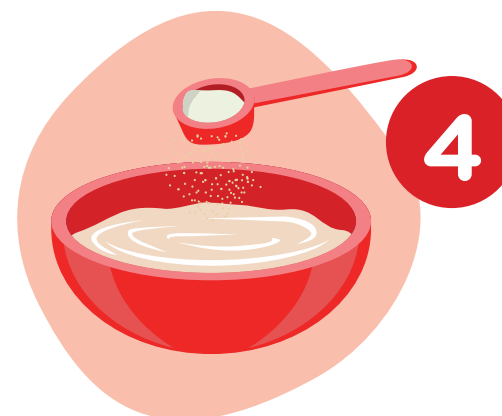
2

Faire bouillir de l'eau potable 10 minutes, puis laisser tiédir



3

Verser la quantité d'eau recommandée dans le bol



4

Ajouter le nombre de cuillères rases recommandé de Phosphatine® Nutrijoy

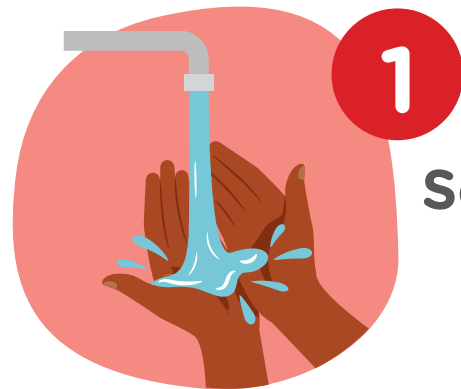


5

Remuer, vérifier la température et c'est prêt !

Mode d'emploi de Phosphatine[®] Nutrijoy

Céréales non lactées



1

Se laver les mains et vérifier la propreté des ustensiles



2

Si vous utilisez du lait de suite pour reconstituer vos céréales, faire bouillir de l'eau potable 10 minutes, puis laisser tiédir



3

Reconstituer la quantité appropriée de lait de suite pour bébé, puis laisser tiédir



4

Verser la quantité de lait maternel ou de lait de suite recommandée dans le bol



5

Ajouter le nombre de cuillères rases recommandé de Phosphatine[®] Nutrijoy



6

Remuer, vérifier la température et c'est prêt !

PHOSPHATINE[®] NUTRISOY

Avis Important

L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) recommande que les femmes enceintes et les mères de nourrissons et de jeunes enfants soient particulièrement bien informées sur :

- Les avantages du lait maternel, qui constitue l'aliment idéal du nourrisson. Il est le mieux adapté à ses besoins spécifiques et le préserve des maladies,
- L'importance d'une bonne alimentation maternelle pour la préparation et la poursuite de l'allaitement au sein,
- L'effet négatif d'une alimentation mixte du nourrisson en alternance entre allaitement au sein et prise d'un biberon pouvant gêner l'allaitement maternel,
- La difficulté de revenir sur le choix de ne pas allaiter,
- Les implications socio-économiques à prendre en considération dans le choix de la méthode d'allaitement. Il est important de rappeler le coût qu'engendre l'utilisation des laits infantiles, en précisant les quantités à utiliser selon l'âge de l'enfant.

En cas d'utilisation d'un lait infantile, lorsque la mère n'allait pas, il importe de respecter scrupuleusement les recommandations relatives à la qualité de l'eau, les indications de préparation et d'utilisation et de suivre l'avis du corps médical.

Une utilisation incorrecte pourrait présenter un risque pour la santé de l'enfant.



blédi'ma CONSEIL للاستشارة

📞 Algérie الجزائر (+213) 983 200 354*	📞 Cameroun (+237) 690 201 211*
📞 Maroc المغرب (+212) 520 48 02 04*	📞 Côte d'Ivoire (+225) 22 51 52 52*
📞 Tunisie تونس (+216) 31 30 03 50*	📞 Maurice (+230) 80 20 33 00 86**

✉ **bledimaconseil@danone.com**

*Prix d'un appel local depuis un poste fixe **Service et appel gratuits depuis un téléphone fixe sur Mauritius Telecom à Maurice



