



Société Francophone  
Nutrition Clinique et Métabolisme  
Nourrir l'Homme malade

# Nourrir un bébé avec des boissons végétales : une folie ? Un danger ?

[Dossier de presse](#)

# Nourrir un bébé avec des boissons végétales :

## UNE FOLIE ? UN DANGER ?

En mai, un bébé belge de 7 mois est mort parce que ses parents, croyant sans doute bien faire, on décidé de le nourrir avec exclusivement des boissons végétales entre 4 et 7 mois. Un cas pas si isolé que ça comme en témoigne les pédiatres, ce type de régime amenant inéluctablement à de graves carences voir un état de dénutrition sévère.

Déjà en septembre 2015, la SFNEP avait publié un communiqué de presse mettant en garde sur l'utilisation des boissons végétales chez les nourrissons et de nombreux titres de presse s'en étaient fait le relais. Elle souhaite aujourd'hui réitérer cette mise en garde **en apportant des éléments destinés à convaincre les parents qu'une alimentation adaptée est indispensable au développement physique et intellectuel des enfants.**



**Avant l'âge de 1 an, les boissons végétales (dont certaines portent à tort le nom de « lait ») ne sont pas adaptées aux besoins des bébés.**





## SOMMAIRE

- 1. La dénutrition : elle existe en France ! ..... p.4**
- 2. Les besoins très spécifiques des nourrissons ..... p.5**
- 3. Cas particulier des bébés allergiques aux protéines du lait de vache ..... p.5**
- 4. Le comparateurs de compositions ..... p.6**
- 5. Détecter les signes ..... p.7**
- 6. Que faire si l'on ne souhaite pas donner de lait à son bébé ? ..... p.8**



## 1. LA DÉNUTRITION : ELLE EXISTE EN FRANCE !

La dénutrition (ou la malnutrition) n'est pas l'apanage des pays en voie de développement. Elle touche également les pays industrialisés et la France n'est pas épargnée : 10 à 15% des enfants hospitalisés pour une pathologie, se révèlent dénutris.

La dénutrition que l'on dit « protéino-énergétique » résulte d'un déséquilibre entre les besoins de l'organisme et les apports fournis par l'alimentation. Elle a pour conséquences un amaigrissement dû notamment à une perte de masse musculaire et un retard de croissance.

Si la dénutrition en France touche essentiellement des enfants hospitalisés et atteints de pathologies cancéreuses, digestives ou neuro-musculaires, les pédiatres et médecins généralistes rapportent des cas de dénutrition chez des nourrissons de moins de 1 an, due à des erreurs diététiques commises par les parents, croyant le plus souvent bien faire.

La peur non fondée du lait, les convictions personnelles et les diagnostics abusifs d'allergies ou d'intolérance aux protéines du lait de vache, poussent certains parents à bannir le lait de l'alimentation de leur nourrissons de moins de 1 an, en le remplaçant exclusivement par des boissons végétales fabriquées à partir d'amande, de soja ou encore de noisettes.

Ce comportement peut avoir de graves conséquences sur la santé du bébé, voire même entraîner sa mort. Plusieurs cas de nourrissons atteints de dénutrition sévère après avoir été nourris exclusivement avec des boissons végétales ont été rapportés dernièrement. Certains ont eu des complications plus ou moins graves. D'autres en sont morts.

**L'objectif de la SFNEP n'est pas d'exclure les boissons végétales** (qui peuvent par ailleurs avoir un intérêt gustatif et nutritionnel pour les enfants sevrés et les adultes) **mais de mettre en garde contre leur usage exclusif pour nourrir les nourrissons de moins de 1 an.**



## 2. LES BESOINS TRÈS SPÉCIFIQUES DES NOURRISSONS

Un bébé n'est pas un « petit adulte », il a des besoins très spécifiques. De sa naissance jusqu'à l'âge de 1 an, un nourrisson grandit très rapidement : en moyenne, il multiplie son poids par 3, augmente sa taille de 50% et son cerveau passe de 300-400 g à plus d'1 kg. **Cette croissance très importante nécessite des apports alimentaires adaptés.**

Pour répondre de façon optimale à leurs besoins, **l'Organisation Mondiale de la Santé** recommande de nourrir les bébés exclusivement avec du **lait maternel** jusqu'à l'âge de 6 mois, puis de compléter l'allaitement avec des aliments autres que le lait à partir de la diversification alimentaire.

Pour les bébés qui ne sont pas allaités, **les préparations pour nourrissons** jusqu'à 4 à 6 mois, puis **les préparations de suite** en association avec des aliments autres que le lait, **permettent également de couvrir leurs besoins spécifiques.** En effet, ces préparations ont été conçues pour se rapprocher le plus possible de l'aliment idéal pour un bébé : le lait de sa mère.

En revanche, ce n'est pas le cas des boissons fabriquées à partir d'éléments végétaux (soja, amande, châtaigne, etc.) Ces boissons végétales, qui n'ont pas été fabriquées dans le but de répondre aux besoins d'un nourrisson de moins de 1 an, **ont un apport énergétique et lipidique insuffisant, des apports protéiques et une teneur en calcium inadaptés.**

Or, chez le nourrisson, toute insuffisance d'apport en énergie, protéines, lipides, minéraux, vitamines ou oligo-éléments aura des **répercussions sur la croissance et le développement cérébral** qui seront d'autant plus sévères que l'insuffisance d'apport est précoce, importante et prolongée.



## 3. CAS PARTICULIER DES BÉBÉS ALLERGIQUES AUX PROTÉINES DU LAIT DE VACHE

L'allergie alimentaire est pourtant une réalité pour près de 2,5 à 7,5% des enfants de moins de 1 an. Son diagnostic qui repose sur des critères précis (tests sanguins, cutanés, etc.), doit être posé par un médecin.

Dans ce cas, les préparations pour nourrissons sont remplacées par des préparations spécifiques, disponibles en pharmacie et sur prescription médicale. Ces préparations sont, elles, totalement sûres et répondent parfaitement aux besoins des nourrissons de moins de 1 an.

## 4. LE COMPARETEUR DE COMPOSITIONS

Le tableau ci-dessous rassemble de façon objective les principales valeurs nutritionnelles du lait maternel, des préparations pour nourrissons, et des boissons végétales.

Pour 100 mL ou 100 g reconstitués	Lait maternel	Préparations pour nourrissons 1er âge*	Boissons végétales à base d'amande	Boissons végétales à base de soja
<b>Valeur énergétique (kcal)</b>	65-70	66,5	22,5	35,8
<b>Protéines (g)</b>	0,8 - 1,2	1,3	0,6	3,31
<b>Matières grasses (g)</b>	3,5 - 4,2	3,4	1,5	2,07
<b>Glucides (g)</b>	7,5	7,8	1,45	0,7
<b>Eau (g)</b>	87,5	87,9	96	93
<b>Calcium (mg)</b>	28	47,9	7	12
<b>Sodium (mg)</b>	15	18,4	0	24,3
<b>Fer (mg)</b>	0,04	0,7	0,1	0,41
<b>Magnésium (mg)</b>	3	5,9	0	16
<b>Phosphore (mg)</b>	15	27,1	15	50
<b>Potassium (mg)</b>	58	67,2	25	110
<b>Zinc (mg)</b>	0,166	0,68	0,1	0,29

Source : Anses, Association des lactariums de France, données fabricants

### Énergie

Les boissons végétales sont 2 à 3 fois moins énergétiques que le lait maternel et les préparations pour nourrissons. Pour avoir la quantité d'énergie qui lui est nécessaire dans la journée, un bébé devrait donc boire 2 à 3 fois plus de boissons végétales que de lait.

### Matières grasses

Les boissons végétales comportent 45% à 60% de moins de matières grasses que le lait maternel et les préparations pour nourrissons. Il faudrait donc donner environ 2 fois plus de ces boissons à un bébé pour que ses besoins en lipides soient couverts.

### Glucides

Seul un volume de boisson végétale 5 à 10 fois supérieur permettrait de répondre aux besoins en glucides d'un nourrisson de moins de 1 an.

### Calcium

Les besoins du bébé en calcium seraient couverts par un volume de boissons végétales 2 à 3 fois supérieur au lait maternel ou aux préparations pour nourrissons.

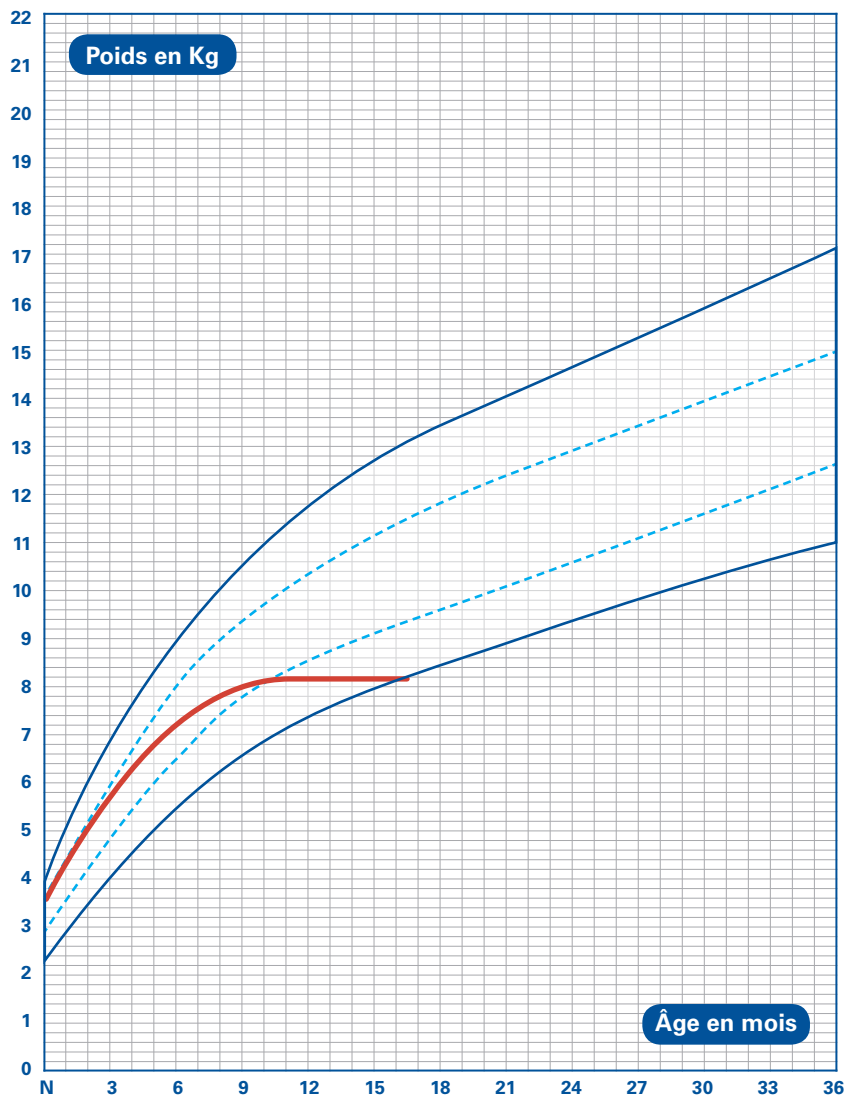
\* valeurs moyennes à partir de 2 préparations pour nourrissons 1er âge

Or, le système digestif d'un bébé a des capacités d'absorption limitées et son appétit dépend du remplissage de son estomac. Il est incapable d'absorber des quantités de liquides 2 à 3 fois supérieures au volume de lait maternel qu'il prendrait au cours des tétées. Il en résulte que si un bébé est nourri exclusivement avec des boissons végétales non adaptées, des carences vont apparaître, et le bébé va maigrir... inexorablement.

## 5. DÉTECTER LES SIGNES

Le principal signe que le bébé ne reçoit pas suffisamment d'énergie, de lipides et de protéines est **l'arrêt de sa croissance en taille et en poids, voire un amaigrissement**.

Il est donc important de peser ou faire peser et mesurer régulièrement un bébé de moins de 1 an. Une cassure de la courbe de croissance est le signe d'une dénutrition.



Exemple de cassure d'une courbe de croissance

## 6. QUE FAIRE SI L'ON NE SOUHAITE PAS DONNER DE LAIT DE VACHE À SON BÉBÉ ?

Si l'allaitement n'est pas possible ou n'est pas voulu, et si les parents ne souhaitent pas donner de préparations pour nourrissons à leur bébé de moins de 1 an, ils doivent en parler à un médecin ou un pédiatre. Celui-ci les orientera alors vers les **préparations spécifiques, sans protéines du lait de vache, disponibles en pharmacie et sur ordonnance.**

La prescription devra être accompagnée d'un suivi clinique et biologique régulier de l'enfant afin de vérifier qu'il grandit convenablement.

**Il ne faut en aucun cas décider, seuls et sans avis médical, de donner exclusivement à son bébé de moins de 1 an, des boissons végétales, inadaptées, achetées en magasins.**





The logo for SFNEP is located in the top right corner, enclosed in a white circle with a blue border. It features a stylized yellow and blue arc above the acronym 'SFNEP' in bold blue letters.

**SFNEP**

Société Francophone  
Nutrition Clinique et Métabolisme  
Nourrir l'Homme malade

# Contact

## LA SFNEP

*Société Francophone de Nutrition Clinique et Métabolisme*

Société savante à but non-lucratif, la SFNEP regroupe des médecins, pharmaciens et diététiciennes experts en nutrition clinique. Son objectif principal est d'améliorer la prise en charge nutritionnelle des patients.

Pour en savoir plus :

[www.sfnep.org](http://www.sfnep.org)

[www.nutritionclinique.fr](http://www.nutritionclinique.fr)

**Vous souhaitez être mis en relation avec un expert  
pour approfondir le sujet ?**

**N'hésitez pas à nous contacter !**

### **Société K'Noë**

15 rue Carnot

94270 Le Kremlin-Bicêtre

Tel. : 01 56 20 28 28

Fax : 01 56 20 28 29

E-mail : [ajouval@k-noe.fr](mailto:ajouval@k-noe.fr)