

Dr Fabienne Kochert

12 janvier 2022

Les 1000 jours Des opportunités à ne pas manquer pour la santé de l'adulte demain

mpedia.
spécialiste de l'enfant

Pour des parents bien informés.



ASSOCIATION FRANÇAISE
DE PÉDIATRIE AMBULATOIRE



Lauréat

■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE



Les 1000 jours : enjeu de santé publique

- 2020 : Création d'une commission 1000 jours présidée par le Pr B Cyrulnik
- Ambition d'une nouvelle politique publique construite sur les besoins de l'enfant et de ses parents



Secrétariat général

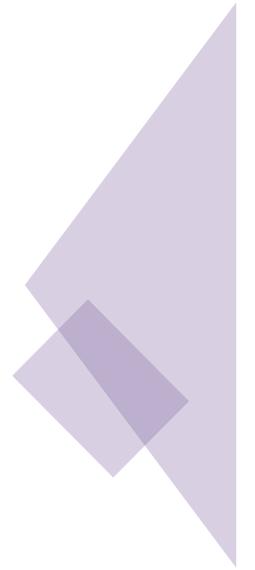


Les 1000 premiers jours, là où tout commence

Le concept des 1000 premiers jours de vie

De la conception
jusqu'aux 2 ans de
l'enfant

Une période clef pour
le développement de
l'enfant et sa santé



Les 1000 premiers jours : de la conception aux 2 ans de l'enfant



**270 jours (grossesse) + 365 jours (1 an) + 365 jours (2ans)
= 1000 jours**

Pourquoi ces 1000 jours sont si importants

- Période cruciale de croissance et de développement :
 - Intra-utérine :
embryogénèse, croissance foetale
 - Extra-utérine



Une croissance exponentielle

- De la conception à la naissance : passage de 2 cellules à un nouveau-né mesurant 50 cm et pesant 3 kg
- De la naissance à 2 ans
 - Taille du cerveau X 5
 - 700 nouvelles connexions neuronales/sec
- De la naissance à 3 ans :
 - poids X 5
 - Taille X 2



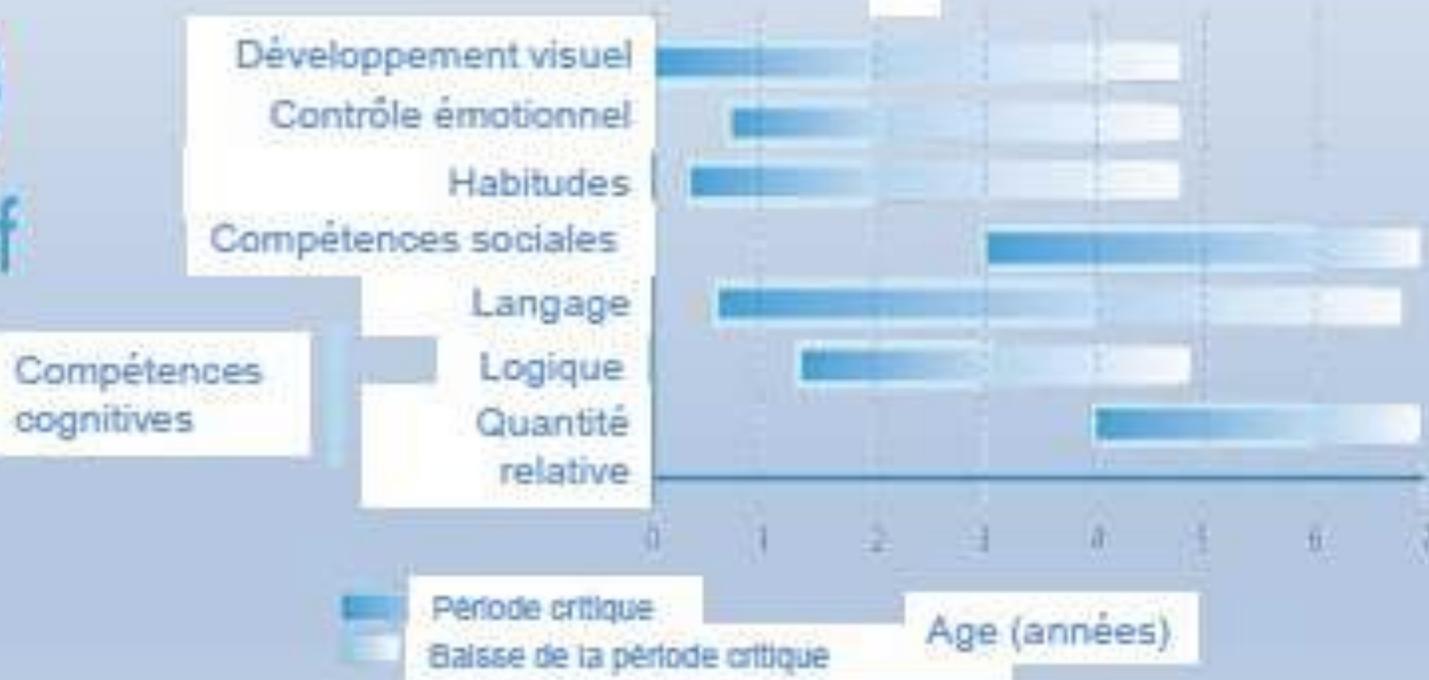
Croissance de la conception à l'âge adulte



Une croissance qui concerne tous les organes / fonctions

- 900 mots appris à 3 ans

Période critique pour le développement cérébral



* UNICEF document "Early childhood development: the key to a full and productive life"

<http://www.unicef.org/development.pdf>

Une période clé
pour le
développement
cognitif de
l'enfant

Langage

- À 18 mois apparaissent des disparités au niveau du vocabulaire
- Stock lexical : 1200 -1500 mots

Eveil sensoriel

Contrôle émotionnel

Compétences sociales



La période des 1000 jours : période cruciale pour le développement cérébral

- Le cerveau humain : peu déterminé génétiquement
- La stimulation reçue par l'environnement est plus importante que le patrimoine génétique
- Les 2 premières années de vie sont déterminantes pour le développement de l'hémisphère droit siège des émotions, des sensations, de la compréhension de l'environnement

Croissance du système immunitaire

Il faut 2 ans pour développer l'organe immunitaire le plus puissant du corps : la barrière de l'intestin.

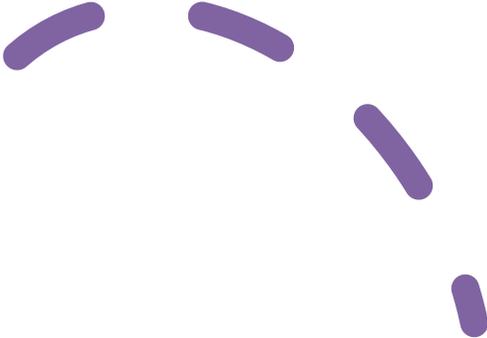


La colonisation précoce de l'intestin par les bactéries est cruciale pour son développement; elle est influencée par le mode d'accouchement et la nutrition.

Le microbiote intestinal est modulé par la nutrition; il existe des liens entre l'allaitement maternel, le microbiote intestinal et la santé à long terme.



Les 1000
jours :
période de
grande
vulnérabilité

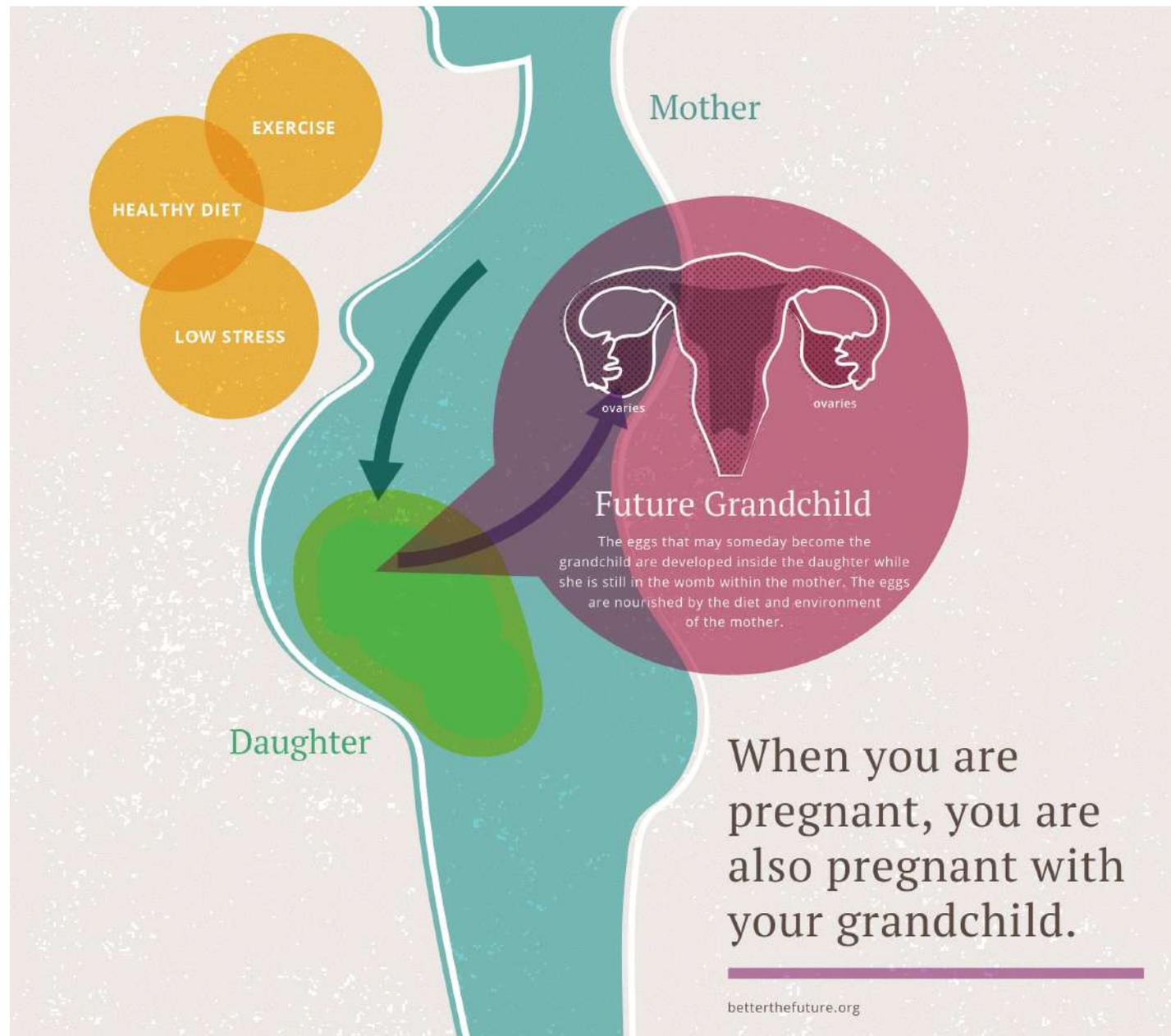
- 
- 2 révolutions
 - Origine développementale de la santé
 - Epigénétique et environnement
 - Concept du DOHAD

La programmation foetale : D Barker

- Hypothèse de Barker
« L'environnement prénatal et périnatal influe sur les probabilités d'être atteint d'une maladie plus tard dans la vie »

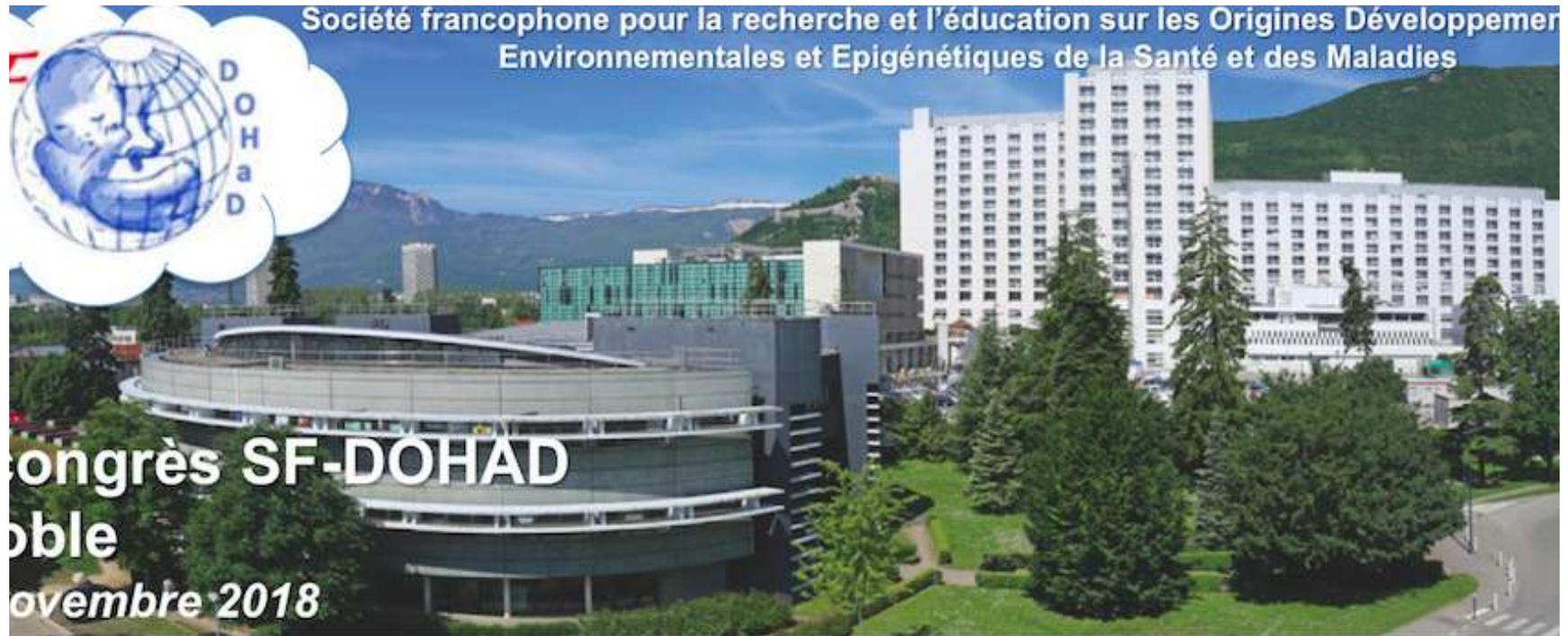


Importance de l'environnement prénatal



Travaux épidémiologiques de David Barker (1923-2013)

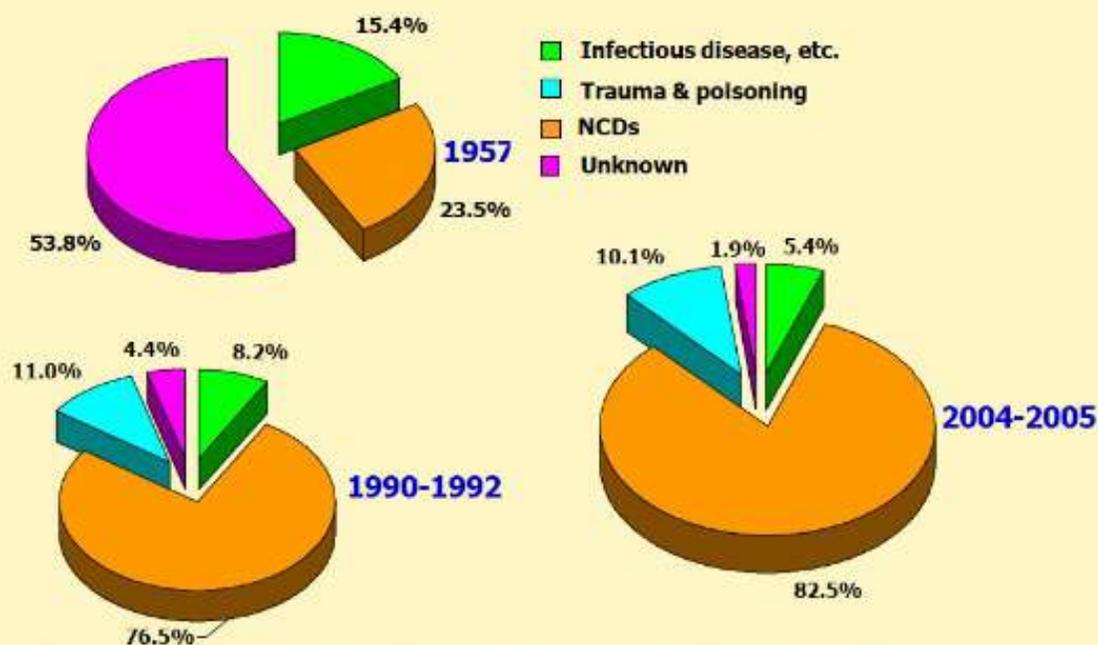
- Corrélation entre mortalité néonatale et infantile élevée dans les années 1920 et taux important de maladies CV dans les années 1970
- Relation inverse entre PN et mortalité par maladie coronarienne : **corrélation plus importante qu'avec les FR de l'environnement à l'âge adulte**



- Un intérêt croissant pour cette période des 1000 jours
- Inégalités des chances dès le début de la vie
- Nécessité d'intervenir précocément

Les maladies chroniques explosent à travers le monde

Disease transition in China



Source: The 3rd National Mortality survey (2004 -2005)

OMS

- **35** millions de morts

- **60%** des décès,

- **80%** dans les pays à faible ou moyen revenu.

- augmentation de **17%**

pour la prochaine décennie.

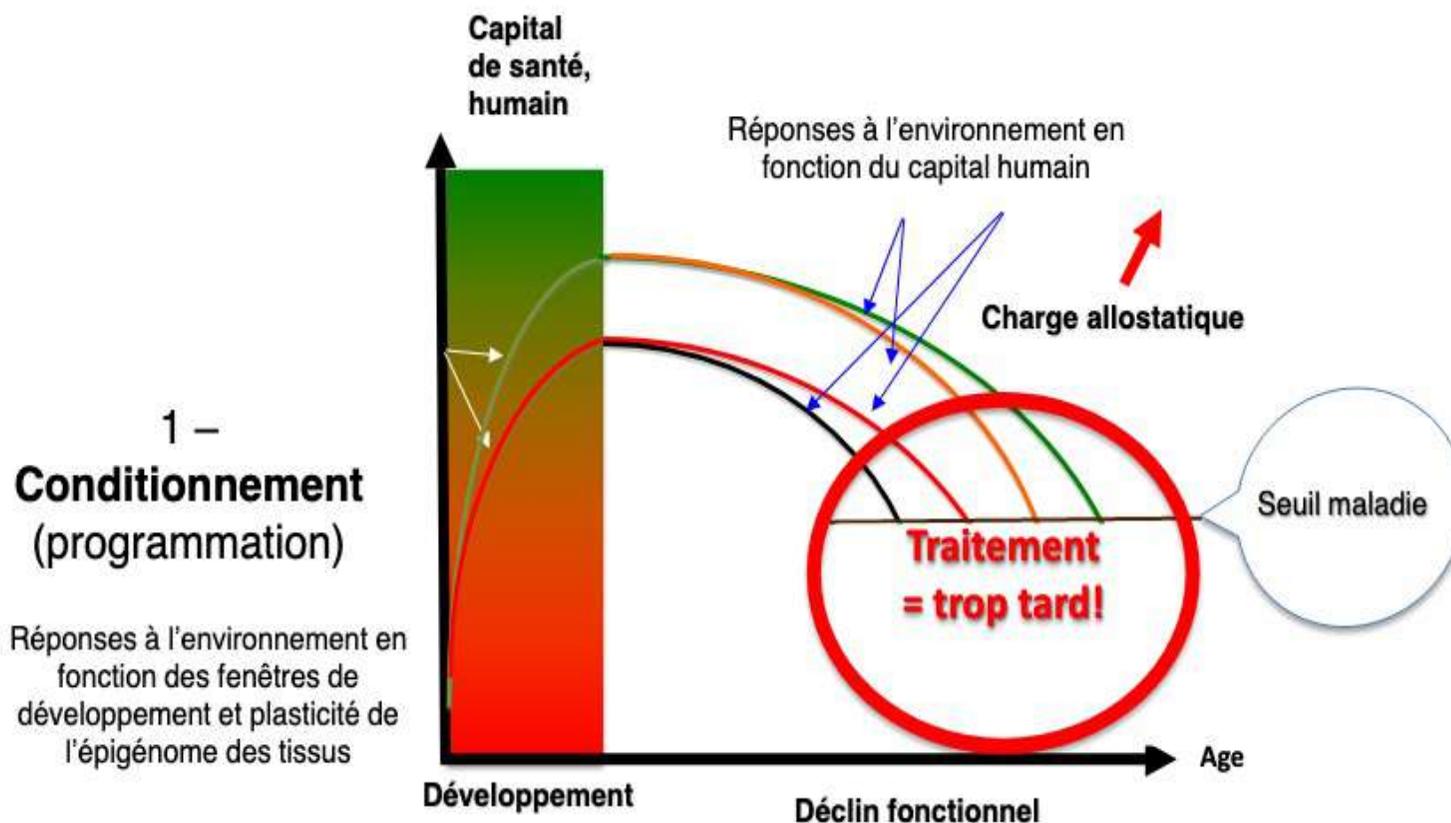
Inverser la tendance

Traitement (95%) > Prévention (5%)

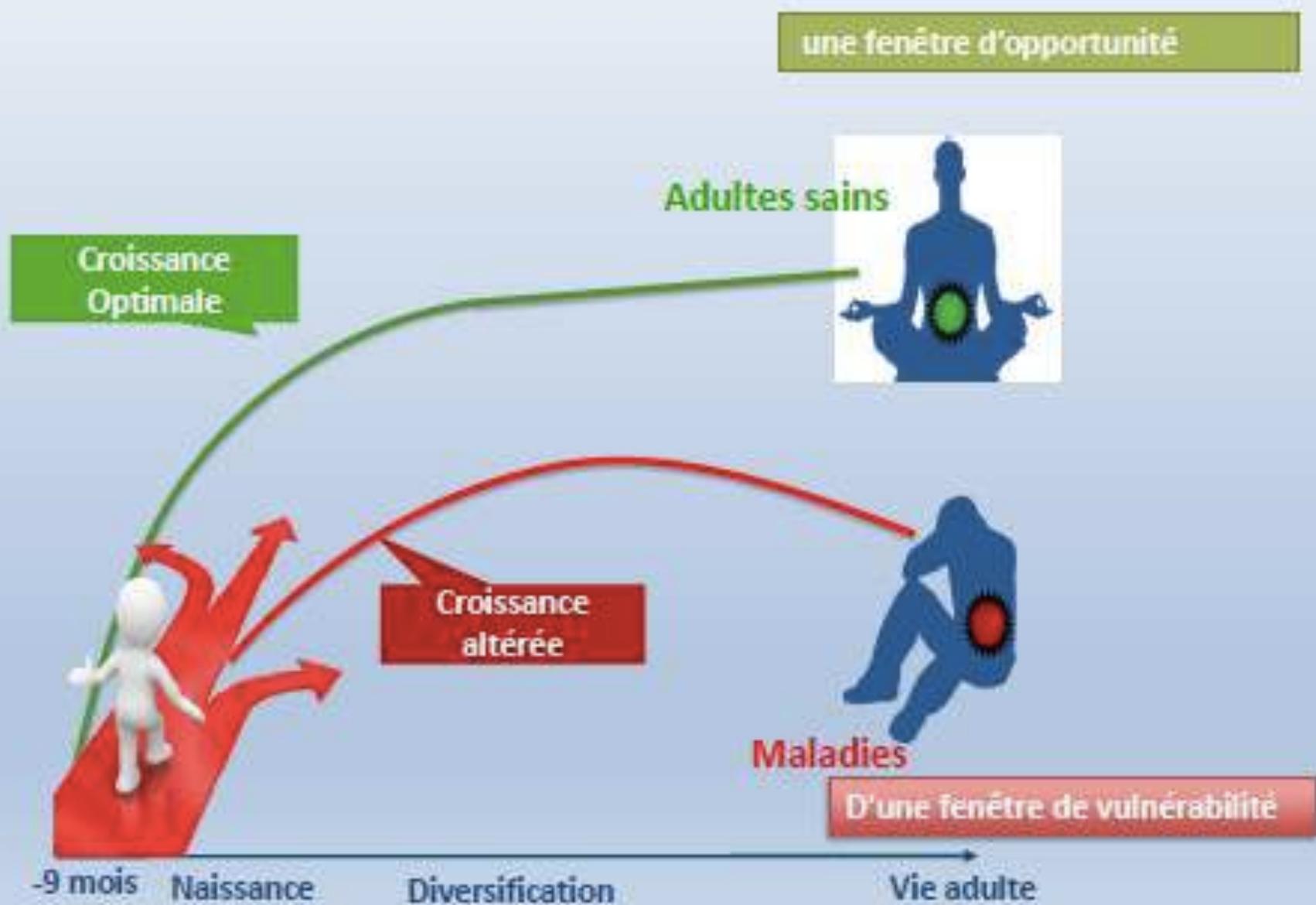
Maladies chroniques (NCD): héritabilité non-génétique, non-culturelle

2 –

Susceptibilité aux maladies induites par le style de vie



Avec un impact sur la santé future...



Les 1000
premiers
jours : fenêtre
d'opportunité
unique pour
construire la
santé à long
terme



**Ce que vous faites et ce que vous mangez au
cours des 1000 premiers jours font une
différence pour le reste de votre vie!**

Comment agir ?

Education de la population générale en ciblant les personnes en âge de procréer

- Nutrition saine
- Mode de vie sain
- Promotion de l'allaitement maternel



Le site des 1000 jours



DEVENIR
PARENT

AGIR SUR SON
ENVIRONNEMENT

ÊTRE
ACCOMPAGNÉ

DÉCOUVRIR
SON ENFANT



EN PRATIQUE

QUESTIONS DU MOMENT



LES 1 000 PREMIERS JOURS, LÀ OÙ TOUT COMMENCE.

De la grossesse à 2 ans, les 1000 premiers jours sont une période extraordinaire et déterminante.

EN SAVOIR PLUS

LES 1 000 PREMIERS JOURS, LÀ OÙ TOUT COMMENCE.

De la grossesse à 2 ans, les 1000 premiers jours sont une période extraordinaire et déterminante.

[EN SAVOIR PLUS](#)



[DEVENIR PARENT](#)

[AGIR SUR SON ENVIRONNEMENT](#)

[ÊTRE ACCOMPAGNÉ](#)

[DÉCOUVRIR SON ENFANT](#)



[EN PRATIQUE](#)

[QUESTIONS DU MOMENT](#)



CUISINE



RÉFRIGÉRATEUR



CHAMBRE



COIN BÉBÉ



SALON



ESPACE MÉNAGE



EXTÉRIEUR



SALLE DE BAIN



On en parle dans la presse

LES 1000 PREMIERS JOURS DE L'ENFANT: UNE PÉRIODE CRUCIALE POUR LA VIE

Dernière mise à jour 04/03/20 | Article



© iStock/damircudic



AUTEURS

- Elodie Lavigne

EXPERTS

- Pr David Baud
- Pr François Ansermet
- Dr François Hentsch
- Pr Umberto Simeoni
- Dre Mathilde Morisod Harari
- Dre Marie Schneider

PARTENAIRES



Les premières expériences du petit enfant et l'environnement dans lequel il se développe ont un impact majeur sur sa santé physique et psychique à long terme. C'est la science qui le dit.

Des générations de parents ont cru jusqu'ici que «Tout se joue avant 6 ans», la faute au best-seller américain de [Fitzhugh Dodson](#), paru dans les années 70. Or, les connaissances récentes en neurosciences

ÊTRE PARENT

VOIR TOUS LES ARTICLES

PUBLICITÉ



VIDÉOS SUR LE MEME SUJET



TÊTE PLATE DU NOURRISSON : C'EST GRAVE DOCTEUR ?

On en voit quelque fois dans la rue : des petits →



LE POINT SUR LE SYNDROME DU BÉBÉ SECOUÉ

Anne Baecher fait le point sur les dernières →

Et sur mpedia.fr



MENU

mpedia.
spécialiste de l'enfant



🏠 > Bébé (0-3ans) > 1000 jours



[c] Pixabay

Alimentation, santé, environnement : l'importance des 1000 premiers jours de l'enfant, de sa conception à ses 2 ans !

Sous la direction de
Joanna SMITH
Préface de Boris CYRULNIK
Postface d'Antoine GUEDENEY

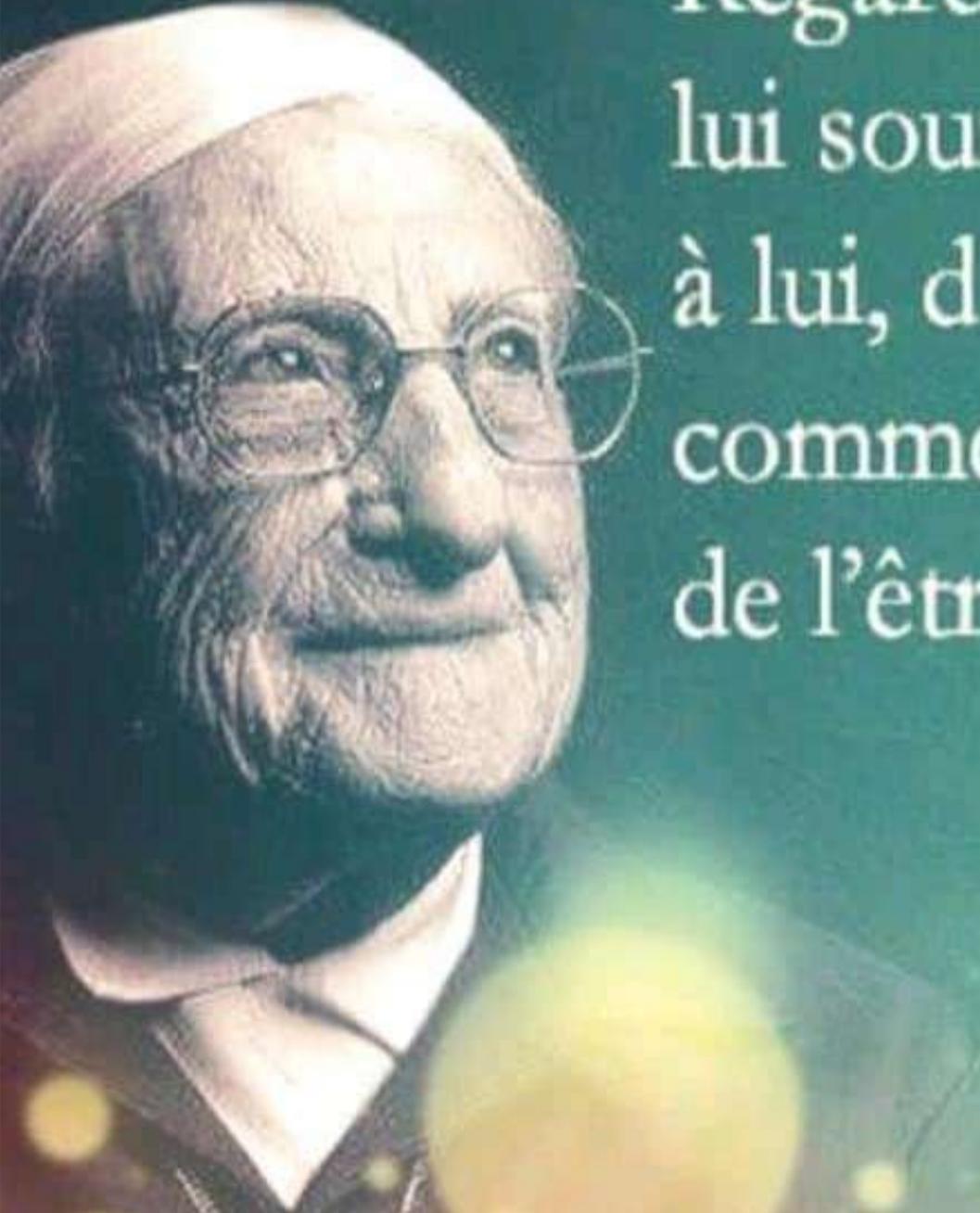
Le GRAND livre des
1000
premiers jours
de vie

DÉVELOPPEMENT • TRAUMA • APPROCHE THÉRAPEUTIQUE



DUNOD

Merci pour
votre
attention

A close-up portrait of Sister Emmanuelle, an elderly woman with short, light-colored hair, wearing glasses and a dark headband. She is smiling gently and looking slightly to the right. The background is a soft, out-of-focus green with bokeh light effects.

Regarder l'autre, l'écouter,
lui sourire, s'intéresser
à lui, d'après moi c'est le
commencement
de l'être humain.

Sœur Emmanuelle