

Partagez Article

X



Allergies alimentaires: comment réduire le risque de développement

Des preuves de plus en plus nombreuses indiquent que des facteurs environnementaux comme les premiers aliments de bébé et le moment de leur introduction jouent un rôle important dans le développement des allergies chez les enfants.

<https://www.nestlebaby.ca/fr/allergies-alimentaires> ^[1]

[\[2\]](#) [\[3\]](#) [\[4\]](#)



Allergies alimentaires: comment réduire le risque de développement

Des preuves de plus en plus nombreuses indiquent que des facteurs environnementaux comme les premiers aliments de bébé et le moment de leur introduction jouent un rôle important dans le développement des allergies chez les enfants.

Jeudi, avril 20th, 2017

- ^[5]
- [Imprimez](#) ^[1]
- [Partagez](#)

La bonne nouvelle, c'est que vous pouvez contribuer à réduire les risques de voir votre enfant développer des allergies en portant attention aux aliments que vous lui présentez et au moment de leur introduction. Voici quelques renseignements sur l'allaitement maternel ainsi que sur les allergies alimentaires et ce que vous pouvez faire pour en réduire le risque de développement chez votre bébé.

Pour diminuer le risque de voir votre bébé développer une allergie alimentaire:

- Nourrissez-le exclusivement au lait maternel jusqu'à l'âge de 6 mois. Apprenez en plus sur [les bienfaits de l'allaitement maternel](#) ^[6] dès maintenant.
- Vous n'avez pas à éviter certains aliments pendant que vous allaitez. Rien n'indique que le fait d'éviter le lait, les oeufs, les arachides, le poisson ou d'autres allergènes potentiels réduit le risque que votre bébé développe des allergies alimentaires.
- Si vous devez mettre fin à l'allaitement maternel ou lui ajouter un complément, consultez votre professionnel de la santé et renseignez-vous sur [les préparations pour nourrissons enrichies de fer](#) ^[7] avec 100 % de protéines de lactosérum partiellement hydrolysées. Des données cliniques ont confirmé les bienfaits de ces préparations.
- N'offrez pas d'aliments solides à votre bébé avant qu'il ait 6 mois. Pour plus de renseignements sur les premiers aliments de bébé, consultez la rubrique [Les premiers aliments solides de bébé](#) ^[8].
- Lorsque bébé atteint l'âge de 6 mois, il n'est plus nécessaire de retarder l'introduction d'un ingrédient pour éviter le développement d'allergies (même pour les arachides, les noix, le soya, les oeufs, les crustacés, le poisson et le blé). Si les allergies alimentaires vous inquiètent, parlez-en au médecin de votre bébé.
- Introduisez les nouveaux aliments lorsque bébé est de bonne humeur, en début de journée. Ainsi, vous pourrez observer sa réaction.
- N'introduisez qu'un aliment à la fois, et attendez deux jours avant d'en introduire un nouveau. De cette manière, si bébé développe une réaction allergique, il sera plus facile d'en reconnaître la cause.

Réactions allergiques

En général, une réaction allergique se développe de quelques minutes à quelques heures après le contact.

En voici les signes:

- réactions cutanées (eczéma, urticaire ou éruptions).
- problèmes respiratoires (congestion et respiration sifflante).
- intolérance gastro-intestinale (vomissements, douleurs abdominales et diarrhée pouvant être teintée de sang).

Si vous craignez que votre bébé ait développé une réaction allergique, consultez votre médecin dès que possible.

[Pour en savoir plus](#) ^[9]

URL source: <https://www.nestlebaby.ca/fr/allergies-alimentaires>

Liens

[1] <https://www.nestlebaby.ca/fr/allergies-alimentaires>

[2] https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaby.ca/fr/allergies-alimentaires&media=https://www.nestlebaby.ca/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/482174369_20.jpg&de
alimentaires: comment réduire le risque de développement

[3] <https://twitter.com/share?text=Allergies%20alimentaires%3A%20comment%20r%C3%A9duire%20le%20risque%20de%20>
alimentaires

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebaby.ca/fr/allergies-alimentaires>

[5] <https://www.nestlebaby.ca/fr/printpdf/1303901>

[6] <https://www.nestlebaby.ca/fr/e-learning/les-bienfaits-de-lallaitement>

[7] <https://www.nestlebaby.ca/fr/preparation-pour-nourrissons-nestle-bon-depart>

[8] <https://www.nestlebaby.ca/fr/de-6-8-mois/nutrition-infantile/les-premiers-aliments-de-bebe-guide-etape-par-etape>

[9] <https://www.nestlebaby.ca/fr/javascript%3A%3B>