

**Zeitschrift:** Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch  
**Herausgeber:** Schweizerischer Hebammenverband  
**Band:** 115 (2017)  
**Heft:** 10  
  
**Rubrik:** Infos sur la recherche

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Régimes véganes-végétariens durant la grossesse: un danger ou la panacée?

Piccoli, G. B et al. | «International Journal of Obstetrics and Gynaecology», édition avril 2015 | DOI: 10.1111/1471-0528.13280

Une équipe de chercheurs italiens a procédé à une revue de littérature pour évaluer les études publiées au sujet de l'alimentation végane-végétarienne et ses effets sur la grossesse.

262 textes issus de 2329 références ont été obtenus. 22 travaux rapportant les résultats materno-fœtaux (13) et des déficiences alimentaires (neuf), coïncidaient avec les critères d'inclusion.

La principale conclusion de cette revue de littérature est qu'aucune des études signalant des résultats maternels-fœtaux n'a démontré ou suggéré indirectement un risque plus élevé d'événements graves liés à la grossesse, tels que la pré-éclampsie, le syndrome de HELPP (caractérisé par une hémolyse, des enzymes hépatiques élevées et un faible nombre de plaquettes).

Une étude mentionnait l'augmentation d'hypospadias chez les nouveau-nés de mères végétariennes. Cinq études rapportaient que les mères végétariennes mettaient au monde des bébés ayant un poids plus léger, toutefois deux études indiquaient des poids plus élevés.

La durée de la grossesse était présente dans six études et était similaire pour les véganes-végétariennes et les omnivores. Les neuf études hétérogènes sur les micro-éléments et les vitamines suggéraient que les femmes véganes-végétariennes pourraient risquer de manquer de vitamine B12 et de fer.

Les auteurs de la revue de littérature estiment que les éléments concernant les régimes véganes-végétariens durant la grossesse sont hétérogènes et insuffisants. Le manque d'études randomisées ne permet pas de distinguer les effets de ce type d'alimentation avec des facteurs de perturbation. Compte tenu de ces limites, les régimes véganes-végétariens – lorsqu'ils ne sont pas contraints par des limites financières – peuvent être considérés comme sûrs pendant la grossesse, à condition qu'une attention soit portée aux besoins en vitamines et oligo-éléments.

*Traduit de l'anglais par Cynthia Khattar*

## «Diète malsaine» en période pré-natale et troubles de comportement chez l'enfant

Rijlaarsdam, J. et al. | «The Journal of Child Psychology and Psychiatry», janvier 2017 | DOI: 10.1111/jcpp.12589

Un groupe de chercheurs du King's College de Londres, de l'université de Bristol (Angleterre) et de l'université Erasme de Rotterdam (Pays-Bas) se sont penchés sur le lien entre une alimentation de mauvaise qualité pendant la grossesse et des troubles du comportement (TC) et des troubles du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH) qui pourraient en résulter chez l'enfant.

Les TC et TDAH apparaissent souvent de manière conjointe et ont chacun été associés à une «alimentation malsaine». La diète au premier stade de la vie est aussi reliée avec la méthylation du gène de l'ADN IGF2 (aussi appelé somatomédine A), similaire à l'insuline qui est apparenté au développement fœtal et neuronal. Les chercheurs ont investigué le degré avec lequel le taux de graisse élevé et la diète sucrée pourraient être liés à des symptômes de TDAH, via l'IGF2 chez 83 jeunes présentant des troubles de comportements précoces persistants et 81 jeunes présentant peu de troubles.

Les résultats ont démontré qu'un régime pré-natal de mauvaise qualité était effectivement associé avec la méthylation de l'IGF2 chez les deux groupes de jeunes.

Pour les jeunes avec des troubles persistants seulement: une méthylation plus élevée de l'IGF2 pouvait prédire des symptômes de TDAH, et un régime alimentaire de mauvaise qualité en pré-natalité était associé avec des symptômes plus importants de TDAH indirectement via une méthylation plus importante de l'IGF2. En conséquence, ses résultats démontrent l'importance de l'alimentation durant la grossesse et que la prévention contre une diète de mauvaise qualité pourrait réduire le risque de TDAH chez les jeunes présentant des troubles précoces persistants.

*Traduit de l'anglais par Cynthia Khattar*

## Les fringales durant la grossesse sous la loupe

Orloff, N. C et al. | «Elsevier», octobre 2016 | <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.04.040>

Des chercheurs américains se sont penchés sur la question des envies de nourriture des femmes enceintes. Actuellement, plus de 50 % des femmes aux Etats-Unis prennent du poids de manière excessive durant leur grossesse, selon des directives établies par l’Institut de Médecine et le Congrès américain d’obstétrique et de gynécologie. Cet excès de poids gestationnel est associé avec des complications de santé aussi bien chez la mère que chez l’enfant.

Les chercheurs ont voulu examiner l’hypothèse du rôle causal des fringales dans l’excès de poids. Les femmes enceintes ont été recrutées dans un hôpital local et via Internet sur des sites liés à la grossesse. Les participantes ont complété un «Inventaire des fringales» qui mesure la fréquence des fringales pour des aliments spécifiques et la probabilité de se «laisser aller» à ces fringales. Le surpoids ou l’obésité antérieurs à la grossesse ont été rapportés par 40,5 % à 57,9 % des participantes.

Au moment de l’étude, 19,5 % des participantes en ligne et 31,6 % des participantes à l’hôpital avaient pris davantage de poids que celui recommandé à leur stade de grossesse. Toutes les femmes avaient expérimenté et s’étaient laissé aller à au moins une fringale, les envies de sucreries et de fast food étant les plus communes. L’étude suggère que la fréquence des fringales aussi bien que la consommation de ces aliments pourraient augmenter le risque d’un excès de poids, ce qui permettrait de cibler des interventions axées sur ces fringales en tant qu’éléments potentiellement modifiables dans la consommation d’énergie.

*Traduit de l’anglais par Cynthia Khattar*

## Obésité et risque pour le fœtus et le nouveau-né

Aune, D. et al. | «Jama» 2014; 311(15) | Doi:10.1001/jama.2014.2269

Une revue de littérature réalisée par des chercheurs norvégien s'est concentrée sur la problématique de l'obésité et son rôle dans l'augmentation des risques de mort in utero, de fausse couche et de mortalité infantile. Selon cette revue, plusieurs études suggèrent qu'un indice de masse corporelle (IMC) plus élevé avant ou durant le début d'une grossesse est associé avec un risque accru pour l'embryon et le nouveau-né.

Les chercheurs concluent que même une augmentation légère de l'IMC maternel était associée à un risque accru de mort in utero, fausse couche, mort néo-natale, mort

périnatale et de mortalité infantile. Le risque était plus élevé chez les femmes ayant un IMC supérieur à 40. Toutefois les chercheurs n'ont pas trouvé d'indications quant à un IMC optimal comme prévention.

*Traduit de l’anglais par Cynthia Khattar*

## Nutrition pendant la grossesse, les recommandations françaises

Consultation du guide sous: [http://inpes.santepubliquefrance.fr/10000/themes/nutrition/nutrition\\_guides\\_alimentaires.asp](http://inpes.santepubliquefrance.fr/10000/themes/nutrition/nutrition_guides_alimentaires.asp)

En mai 2016, l’Agence française de sécurité sanitaire des aliments (AFSSA) a mis à jour son «Guide nutrition de la grossesse» pour conseiller au mieux les femmes enceintes quant à leur alimentation. Le document, téléchargeable en ligne, a été réalisé par un comité d’experts en santé publique. Outre un tableau des repères en consommation, le guide donne aussi de précieuses indications quant à la gestion de l’appétit durant la journée, donne un avis concernant les produits spécialement destinés aux femmes enceintes ou qui allaitent et les compléments alimentaires.

Le guide renseigne aussi sur la teneur en vitamine et nutriments de divers aliments et donne des conseils selon les différents troubles digestifs habituels durant la grossesse (nausées, vomissements, remontées acides, ...). Des renseignements concernant les allergies sont également présents dans le document.

*Cynthia Khattar*