



EST-CE QUE MON ENFANT GRANDIT BIEN?

Des réponses aux parents



Les enfants ont des tailles et des formes variées. Votre enfant peut être plus grand ou plus petit, plus lourd ou plus léger que les autres enfants du même âge, mais les variations à sa taille et à son poids suivent généralement un schéma régulier qui convient à votre enfant.

Pourquoi devrais-je suivre la croissance de mon enfant?

La manière dont votre enfant grandit en dit beaucoup sur sa santé. Le fait qu'il grandisse trop vite ou trop lentement peut être un signe d'éventuels troubles nutritionnels ou de santé.

Dès la naissance, il faut mesurer régulièrement la taille et le poids de votre enfant pour suivre sa croissance au fil du temps. Il faut également mesurer le tour de tête (la circonférence crânienne) des bébés et des tout-petits.

À quelle fréquence mon enfant devrait-il être pesé et mesuré?

Il faut mesurer la taille et le poids de votre enfant lors des visites régulières du bébé en santé et de vaccination, lorsqu'il est malade ou à toutes ces occasions. Les visites habituelles du bébé en santé ont lieu :

- dans la semaine ou les deux semaines suivant sa naissance,
- à deux, quatre, six, neuf, 12, 18 et 24 mois,
- une fois l'an à compter de deux ans et à l'adolescence.

Comment puis-je suivre la croissance de mon enfant?

La courbe de croissance est un type de graphique utilisé pour suivre le profil de croissance de votre enfant. Chaque fois que l'enfant est mesuré, on y inscrit la nouvelle mesure de son poids et de sa taille.

La chart de croissance contribue à indiquer si votre enfant grandit sainement. La courbe de croissance de votre enfant est conservée dans son dossier de santé jusqu'à ce qu'il atteigne l'âge adulte. Vous pouvez demander de la consulter à chaque visite.

Quelle courbe de croissance dois-je utiliser pour suivre la croissance de mon enfant?

Les normes de croissance de l'OMS pour le Canada, offertes en anglais seulement, sont les meilleurs outils pour suivre la croissance de l'enfant. Elles doivent remplacer celles qui étaient utilisées dans le passé. Elles sont utilisées pour suivre la croissance des enfants de nombreux pays du monde.



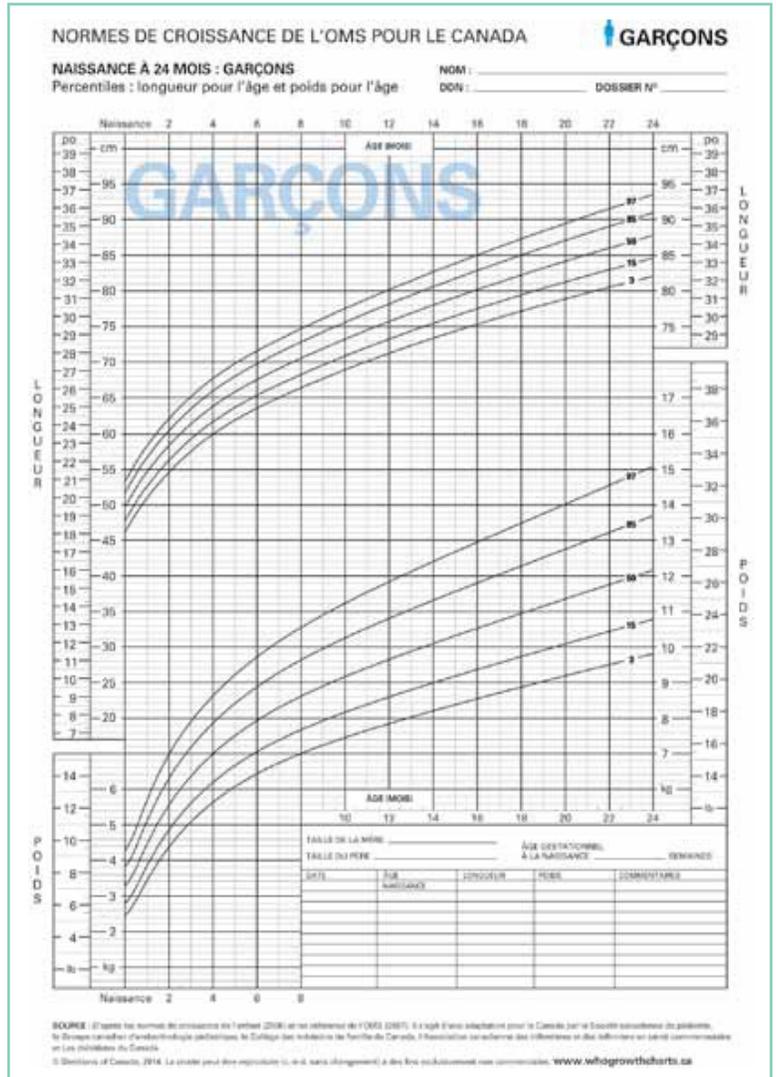
Conseils avisés de la part de diététistes. www.dietetistes.ca

Comment savoir si mon enfant grandit bien?

Bien des facteurs influent sur la croissance d'un enfant, y compris ses habitudes en matière d'alimentation et d'activités physiques, de environnement et de la taille de leur famille. Si votre enfant grandit bien, son tour de circonférence crânienne, son poids et sa taille suivront des schémas réguliers.

Tous les enfants respectent un profil de croissance qui leur est naturel. La mesure régulière de leur poids et de leur taille dans le temps révélera le profil qui leur est propre. Parlez à votre dispensateur de soins si vous vous inquiétez de la croissance de votre enfant.

Ci-dessous figure un exemple des courbes de croissance.



Adapté avec l'autorisation de l'Organisation mondiale de la santé

Les diététistes du Canada tient à remercier l'auteure, Natasha Haskey, M. Sc., Dt. P., ainsi que le Dietitians of Canada Paediatric Nutrition Network et l'Agence de la santé publique du Canada de leur soutien financier.



Conseils avisés de la part de diététistes. www.dietetistes.ca