

|                           |   |
|---------------------------|---|
| Source RFI                | <a href="https://www.rfi.fr/podcasts/le-conseil-sant%C3%A9/20230913-alimentation-des-enfants-comment-pr%C3%A9venir-les-carences">https://www.rfi.fr/podcasts/le-conseil-sant%C3%A9/20230913-alimentation-des-enfants-comment-pr%C3%A9venir-les-carences</a> |
| Durée de la séance        | 1h  |
| Savoir-faire langagier(s) | Recommander des moyens de prévention  |
| Outils langagiers         | Expression de la nécessité ; subjonctif ; expression du risque  |
| Préparation au Diplôme    | Santé B1<br>Interagir à l'oral – Activité 2   |



## 1 MISE EN ROUTE

🕒 Déclencheur 🕒 15 minutes 🗣️ Compréhension orale 🗣️ En grand groupe

Écoutez l'extrait en entier et dites si les affirmations suivantes sont vraies ou fausses :

1. Le manque de fer est la carence la plus courante chez les enfants.  VRAI  FAUX

*La principale carence, c'est la carence en fer.*

2. Les bébés de plus de 6 mois nourris au sein n'ont pas besoin d'être supplémentés en fer.

VRAI  FAUX

*Seuls les enfants allaités (i.e. nourris au sein) après 6 mois ont besoin d'une supplémentation. Les laits infantiles (2e âge et croissance) contiennent le fer nécessaire aux bébés.*

3. Les bébés de moins de 6 mois doivent boire du lait de croissance.

VRAI  FAUX

*S'ils ne sont plus allaités, 700 millilitres par jour au moins de lait deuxième âge, puis du lait de croissance jusqu'à trois à six ans*

4. Les pédiatres conseillent généralement de donner moins de viande aux enfants.  VRAI  FAUX

*Jusqu'à trois à six ans, âge à partir duquel ils devront consommer deux produits carnés par jour /deuxièmement, la Société française de pédiatrie recommande deux portions carnées par jour,*

5. La complication principale du manque de fer est l'anémie.

VRAI  FAUX

*Un adolescent sur trois est carencé en fer [...] Avec le risque d'avoir une anémie,*

6. Le manque de fer peut entraîner des difficultés d'apprentissage chez les enfants.  VRAI  FAUX

*Avec le risque d'avoir une anémie, donc fatigue, difficultés scolaires / il travaille moins bien à l'école*

### TRANSCRIPTION :

- **Caroline Paré** : Professeur Patrick Tounian, bonjour.
- **Pr Patrick Tounian** : Bonjour.
- **Caroline Paré** : Vous êtes pédiatre, chef du service de Nutrition et Gastroentérologie pédiatriques à l'Hôpital Trousseau à Paris. Chez l'enfant, quelles sont les carences à prévenir en tout premier lieu par le biais d'une alimentation équilibrée ?
- **Pr Patrick Tounian** : Alors, c'est très important cette question. La principale carence, c'est la carence en fer. Pour l'éviter, il faut que les enfants allaités au-delà de six mois soient supplémentés en fer, puis qu'ils boivent, s'ils ne sont plus allaités, 700 millilitres par jour au moins de lait deuxième âge, puis du lait de croissance jusqu'à trois à six ans, âge à partir duquel ils devront consommer deux produits carnés par jour.
- **Caroline Paré** : Alors vous dites deux produits carnés par jour, aujourd'hui on entend beaucoup de choses bien évidemment, un apport en protéines animales, on dit « il faut manger moins de viande ». Ce conseil, est-ce qu'il vaut pour les enfants ?
- **Pr Patrick Tounian** : Alors d'abord, c'est un conseil que je ne partage pas, premièrement, y compris notamment chez les femmes, et, deuxièmement, la Société française de pédiatrie recommande deux portions carnées par jour, c'est-à-dire que c'est pas du tout une recommandation scientifique, mais pour moi, purement idéologique, en tout cas pour l'enfant.
- **Caroline Paré** : Ça veut dire que si cet enfant n'a pas cet apport, on va dire, en protéines animales, il risque effectivement des carences, en fer notamment.
- **Pr Patrick Tounian** : Alors, il (ne) risque qu'une carence en fer, pas en protéines d'ailleurs, et c'est la carence la plus fréquente. Un enfant sur trois, un adolescent sur trois est carencé en fer, essentiellement parce qu'il ne consomme pas assez de viande.

- **Caroline Paré** : Avec quels risques ?
- **Pr Patrick Tounian** : Avec le risque d'avoir une anémie, donc fatigue, difficultés scolaires, une augmentation du risque infectieux et surtout des troubles neuropsychiatriques. Pour être très concret, il est moins intelligent qu'il ne devrait être. Cela donne des déficits cognitifs très relatifs hein, mais il travaille moins bien à l'école et certains troubles notamment l'hyperactivité, les tics, l'anxiété, la dépression, peuvent être dus à une carence en fer et sont corrigés après (une) supplémentation.

## 2 BOITE À OUTILS

🕒 Repérage et conceptualisation 🕒 10 minutes 📖 Compréhension écrite 🗨️ En binômes

**Conseil** : Après avoir fait repérer l'usage du subjonctif après « il faut que », revoir la conjugaison si nécessaire.

Complétez les parties manquantes dans le tableau, à l'aide de la transcription quand c'est nécessaire :



### POUR RECOMMANDER DES MOYENS DE PRÉVENTION

#### Recommander/Prescrire

##### ➔ Il faut /Il faut que :

- Pour l'éviter, **il faut que** les enfants allaités au-delà de six mois **soient** supplémentés en fer, [...] qu'ils **boivent** [...]
- on dit « **il faut manger** moins de viande ».

| Après « il faut que », on emploie le **subjonctif**.

| Après « il faut », on emploie l'**infinitif**.

##### ➔ Devoir, recommander, conseiller :

- [...] ils **devront** consommer deux produits carnés par jour.
- la Société française de pédiatrie **recommande** deux portions carnées par jour,
- c'est pas du tout une **recommandation** scientifique
- Ce **conseil**, est-ce qu'il vaut pour les enfants ?
- c'est un **conseil** que je ne partage pas

##### ➔ La posologie :

- [...] ils devront consommer **deux produits carnés par jour**.
- **700 millilitres par jour** au moins de lait deuxième âge

**Autres expressions** : il faudrait que, vous devriez, il n'est pas recommandé de, trois fois par jour, évitez de, etc.

#### Présenter les risques

- Ça veut dire que **si** cet enfant n'a pas cet apport, on va dire, en protéines animales, **il risque** effectivement **des carences**, en fer notamment
- Avec **le risque d'avoir** une anémie, [...]
- Cela **donne** des déficits cognitifs très relatifs, [...]

**Autres** : il peut avoir, cela peut entraîner, il présente un risque de..., etc.

**3 EXERCICE**

🕒 Systématisation 🕒 10 minutes 🗣️ Production orale 🔄 En individuel et en binômes.

*Conseil : Possibilité de faire réaliser la partie a) en individuel avec une correction immédiate en grand groupe afin de vérifier que tout est clair, puis faire imaginer les exemples pour la partie b) en binômes (les apprenants se basent sur leurs propres connaissances pour proposer des recommandations).*

**a) Transformez la phrase suivante en utilisant les débuts de phrases proposés :**

➔ Consommez deux produits carnés par jour !

Il faut \_\_\_\_\_

Il faut que vous \_\_\_\_\_

**b) Imaginez plusieurs conseils de prévention en complétant les phrases suivantes :**

➔ Pour prévenir le surpoids des enfants :

Il faut \_\_\_\_\_

Il faut que vous \_\_\_\_\_

Il faut \_\_\_\_\_

Il faut que vous \_\_\_\_\_

Il faut \_\_\_\_\_

Il faut que vous \_\_\_\_\_

Correction partie a) :

Il faut **consommer** deux produits carnés par jour.

Il faut que vous **consommiez** deux produits carnés par jour.

**4 EN SITUATION !**

🕒 Réinvestissement 🕒 25 minutes 🗣️ Production orale 🔄 En binômes

*Conseil : Activité en deux temps : prise de connaissance du document et préparation de la présentation puis présentation devant le groupe qui évalue.*

**Situation :** Vous êtes un·e professionnel·le de santé et vous intervenez dans une maternité.

**Tâche :** À l'aide du document suivant, recommandez les comportements à adopter afin de prévenir les coliques du nourrisson.

*Proposition de grille d'évaluation :*

|   | ★ | ★★ | ★★★ |
|---|---|----|-----|
| Les expressions de recommandations utilisées sont variées |   |    |     |
| Le subjonctif après « il faut que » est bien utilisé      |   |    |     |
| Les conseils donnés sont simples et clairs                |   |    |     |

**LES COLIQUES DU NOURISSON**

**Calmer le nourrisson**

|   |   |   |
|---|---|---|
|  |  |  |
| Le prendre dans les bras  | Masser légèrement son ventre (attendre au moins une demi-heure après le repas)    | Donner un bain chaud  |

**BONS CONSEILS ET PRÉVENTION**

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
|   |   |   |   |
| Utilisez une tétine (ou lolette en Suisse) pour le calmer                           | Utilisez une tétine anti-aérophagie pour le biberon                                 | Favorisez le contact avec votre bébé   | Prenez tout le temps nécessaire en le nourrissant                                     |
|  |  |  |  |
| Supprimez de votre régime tout aliment qui peut favoriser la formation de gaz       | Appliquez sur le ventre du bébé une bouillotte tiède                                | Veillez à ce qu'il fasse bien son rot après une tétée                                | Restez serein   |

Copyright Creapharma.ch 2019
Source : [www.creapharma.ch/colique-nouveau-ne.htm](http://www.creapharma.ch/colique-nouveau-ne.htm)
PN-COLI-F-V1-0