

L'IMPORTANCE DES 1000 PREMIERS JOURS DE VIE



1 Tout ce qu'il faut savoir sur les 1000 premiers jours de vie

Les **1000** premiers jours de vie : période allant de la conception à l'âge de 2 ans

3 ans au cours desquels le microbiote se forme, se diversifie et se stabilise

au moins **80%** des cellules immunitaires se trouvent dans notre intestin

l'importance du **dialogue bidirectionnel** : le microbiote intestinal intervient dans le développement du système immunitaire et le système immunitaire est impliqué dans la maturation du microbiote intestinal

2 Développement de l'immunité intestinale



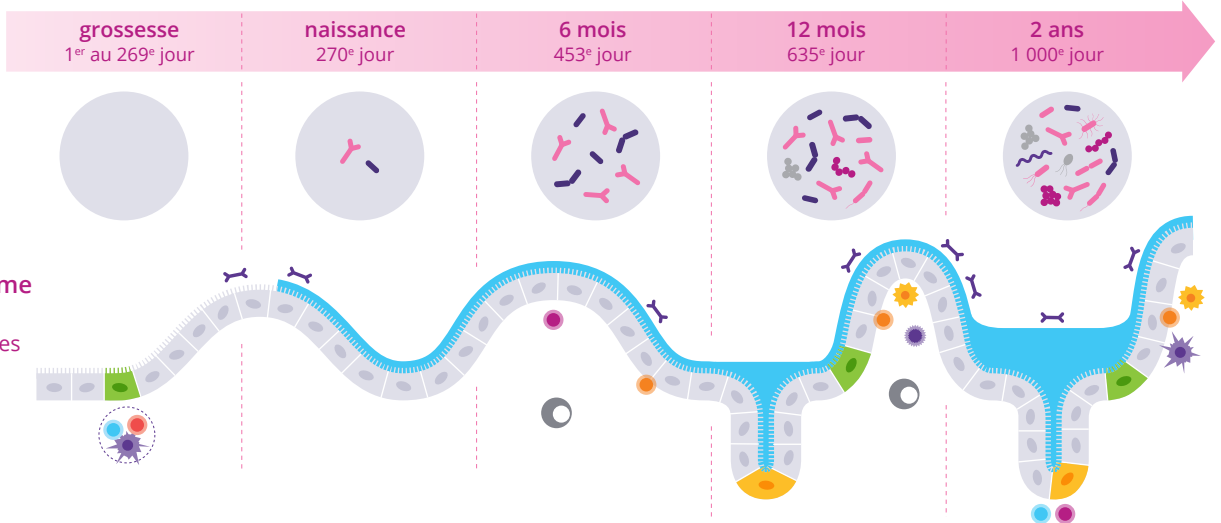
2.a. Développement du microbiote intestinal

La colonisation bactérienne commence dès la naissance



2.b. Maturation du système immunitaire

Développement des structures immunitaires de l'intestin



3 Facteurs influençant la composition du microbiote et le développement du système immunitaire

médicaments	✓	antibiotiques antiacides (inhibiteurs de la pompe à protons)
accouchement	par voie basse	par césarienne
âge gestationnel		naissance prématurée (de 22 à 36 semaines de gestation)
régime alimentaire	allaitement introduction d'aliments solides alimentation riche en fibres	lait maternisé alimentation maternelle riche en graisses
environnement	animaux de compagnie nature vie à la ferme	

4 Tout déséquilibre du microbiote intestinal (dysbiose) pourrait entraîner la survenue de maladies dans le futur

maladies digestives
maladies inflammatoires chroniques de l'intestin, cancer colorectal...

maladies métaboliques
obésité, diabète...

maladies allergiques
asthme, rhinite allergique, dermatite atopique...

maladies neurologiques
troubles du spectre autistique

maladies inflammatoires chroniques
polyarthrite rhumatoïde, maladie cœliaque