

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



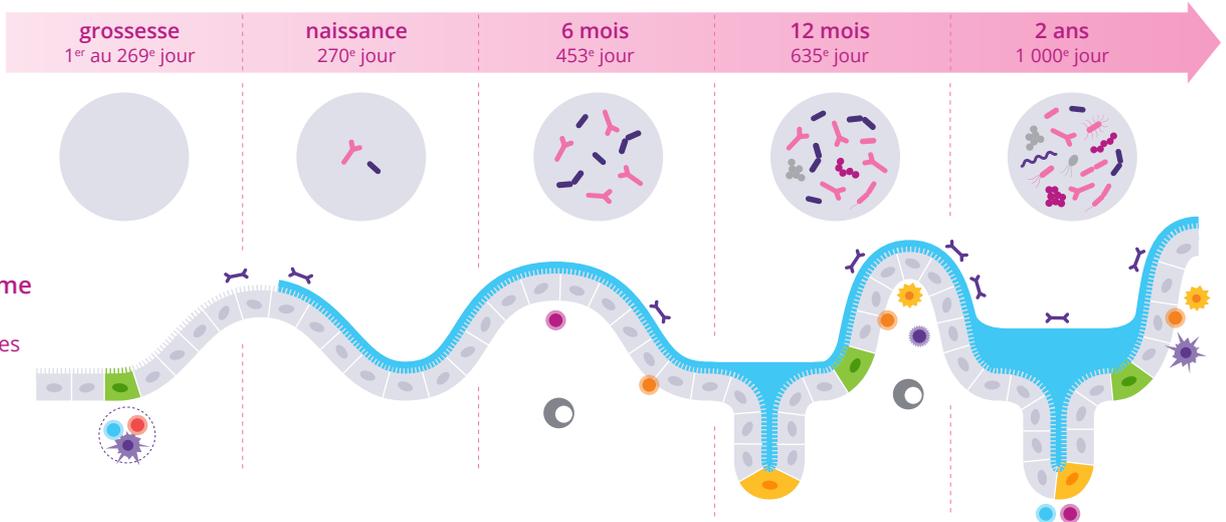
2.a. Développement du microbiote intestinal

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