

**Plaidoyer
pour un
départ plus
juste et en
santé**





Les 1000 jours les plus précieux de notre vie

Dr Julie St-Pierre, MD, PhD, FAHA, FRCPC

Professeure associée de pédiatrie, Université McGill

Professeure distinguée de prévention clinique, UBO, France

Avoir un enfant...

Pour de nombreux couples ou personne seule, l'idée d'avoir ou d'adopter un enfant est un moment très fort, rempli de joie qui contribue à notre quête de bonheur individuel et collectif.

- Tout se joue avant deux ans, J St-Pierre (A Stanké)



« Tous les êtres humains naissent libres et égaux en dignité et en droits. »

- Article 1 de la Déclaration universelle des droits de l'homme

Les 1000 premiers jours (1000^{PJs})



Le concept a été introduit en 2010;



C'est une fenêtre d'opportunité de la grossesse jusqu' au 2e anniversaire d'un enfant où une saine alimentation aura un impact à long terme sur la santé et le développement futurs des enfants et des sociétés;



Ils favorisent également un bon développement du cerveau;



Ils sous-tendent également la mise en place d'environnement accessibles favorisant un départ juste et équitable pour chaque enfant et sa famille;

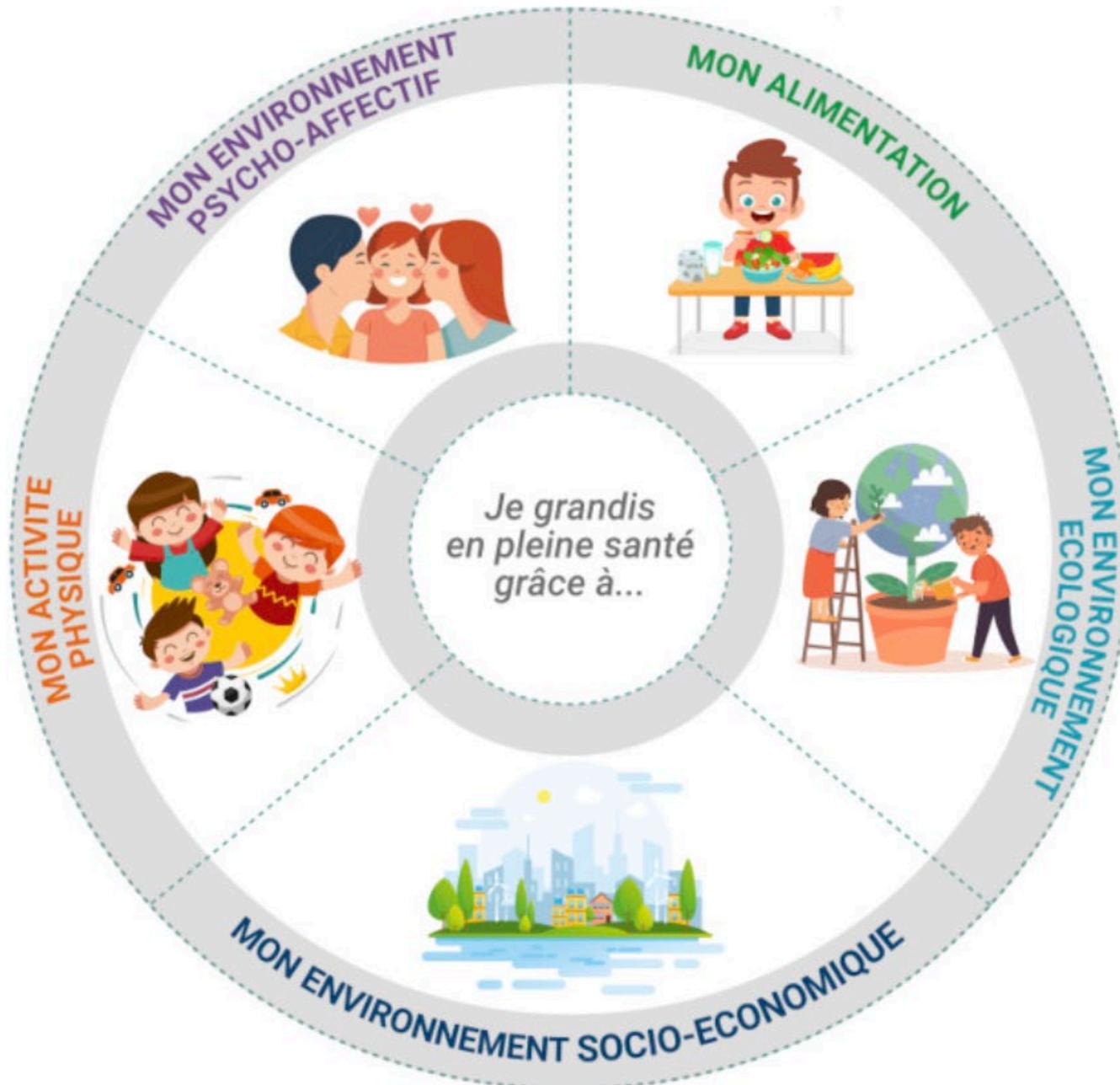


C'est un investissement important de notre société qui la rendra un jour plus prospère (prévention primordiale).



3 phases distinctes aux 1000 premiers jours

- La période prénatale : de la conception à la naissance;
- La période de la naissance à 6 mois;
- La période développementale de 6 à 24 mois (soit 2 ans) .



Facteurs
environnementaux

« Programmation »
Fenêtre de vulnérabilité

Santé à l'âge
adulte



Activité
physique



Sédentarité



Stress



Microbiome



Nutrition



Western diet



Précarité



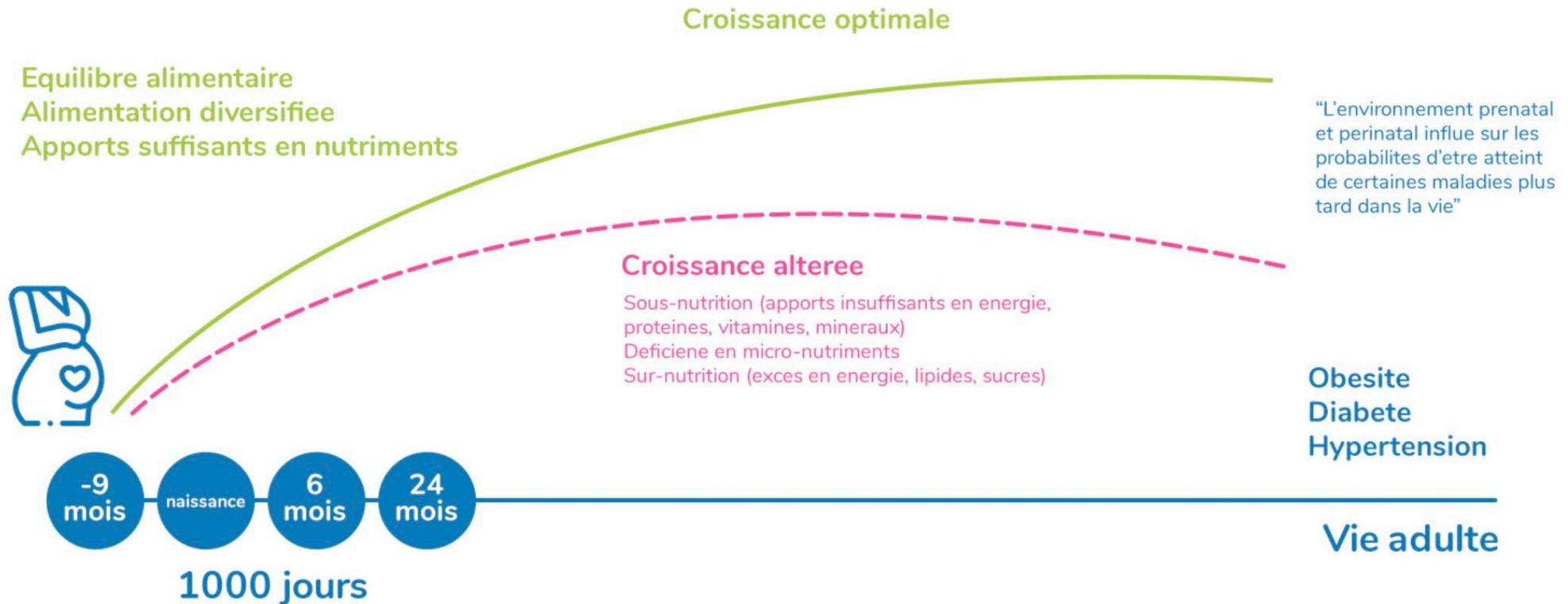
Toxiques de
l'environnement



*Les 1000 premiers
jours de vie*

Santé /
maladies non transmissibles

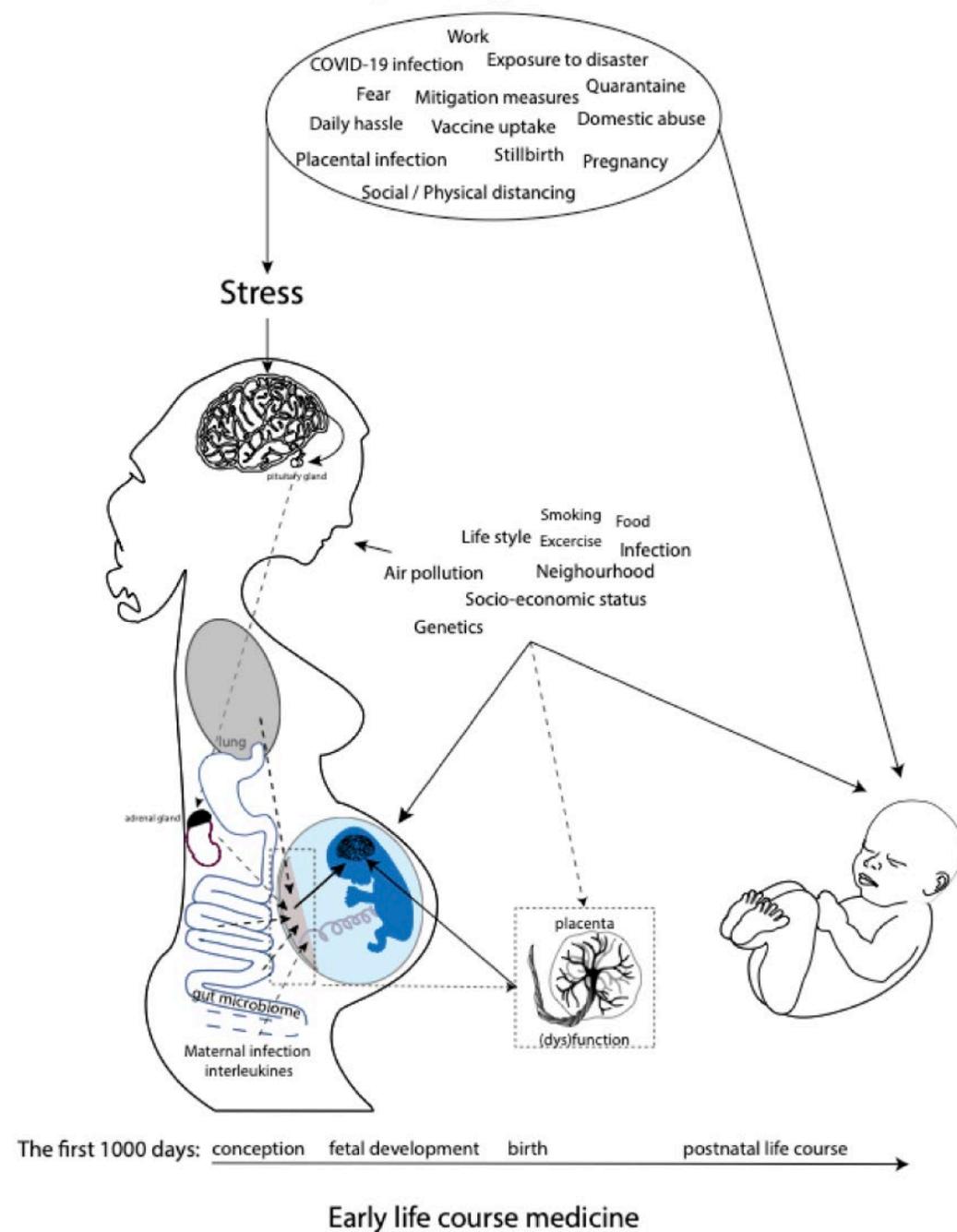
Parcours normal versus MNTs



MNTs = Maladies non transmissibles

The Impact of Maternal Prenatal Stress Related to the COVID-19 Pandemic during the First 1000 Days

Schoenmakers S et al. *Int. J. Environ. Res. Public Health* **2022**, *19*(8), 4710





Protéger et encadrer les 1000 premiers jours

Toulon, France
Octobre 2023, Dr Cyrulnik



Les niches sensorielles et la sécurisation

Des âmes et des saisons, par Boris Cyrulnik
Chez Odile Jacob.

-
- Le ventre de la mère
 - Les bras de la mère
 - La parole

Ultimement,

- L'école et l'adolescence



Exemples de niche altérée - pathologique

- Les émotions maternelles se transmettent presque instantanément au bébé;
- le stress entraîne la libération continue d'hormones comme le cortisol et les catécholamines;
- Au-dessus d'un certain seuil, ces hormones du stress franchissent le placenta et arrivent dans le liquide amniotique, que le bébé avale en continu. À haute dose et prolongées, elles sont neurotoxiques;
- La neuro-imagerie révèle qu'à son arrivée au monde, le bébé a un cerveau altéré : les deux lobes frontaux sont atrophiés, de même qu'une partie du circuit limbique, socle de la mémoire et des émotions. En revanche, l'amygdale, un centre de l'anxiété et de la peur, est hypertrophiée et hyperactive.
- Imaginez donc les répercussions d'un conflit tel que celui Israélo-palestinien...

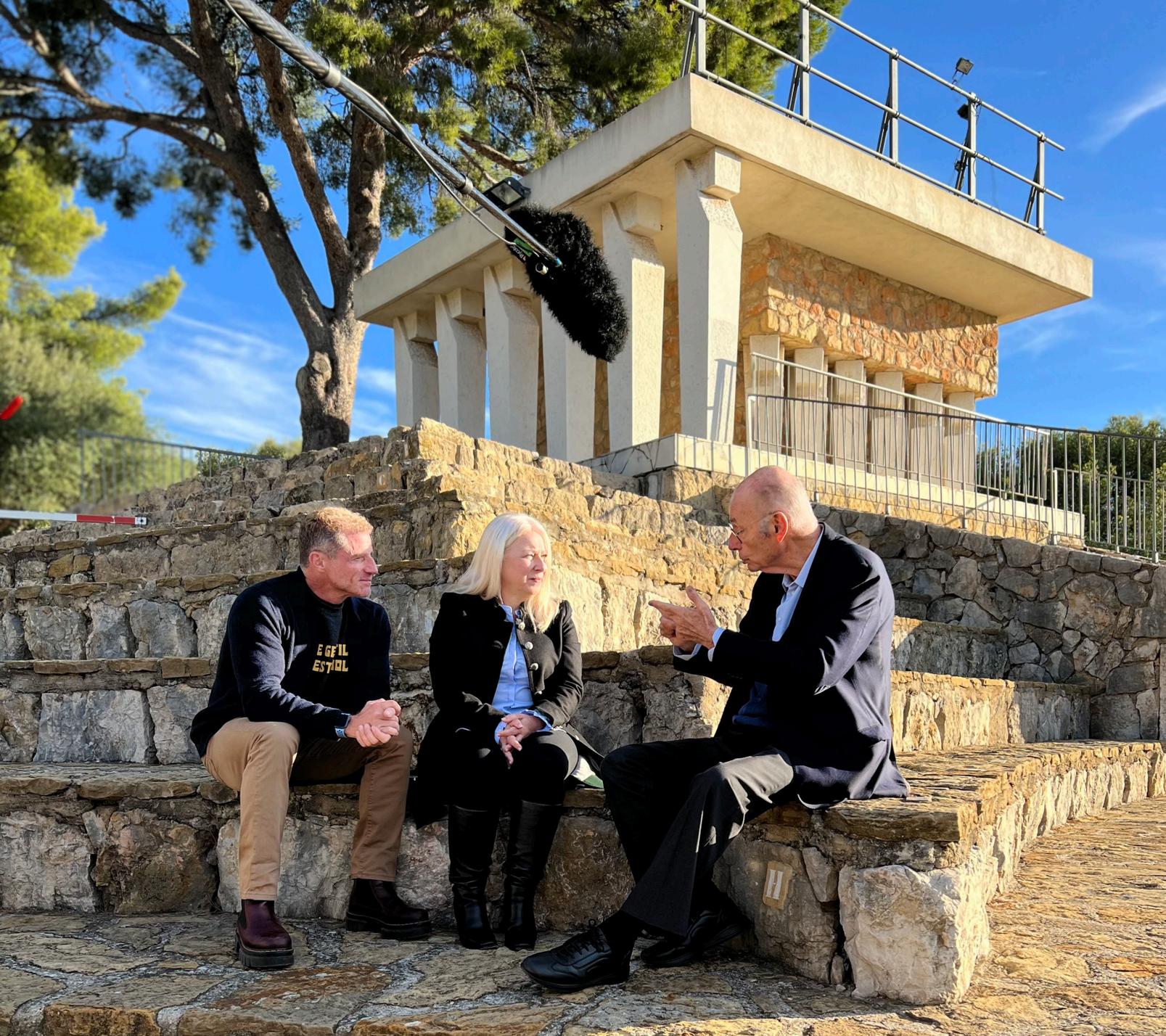
Autres exemples

- *Schoenmakers S et al. Int. J. Environ. Res. Public Health* **2022**, 19(8), 4710

STRESSEUR	DURÉE	DOMMAGE(S)
La famine hollandaise, (« Dutch Faim Hiver») (1944/1945)	±5 mois	Effets sur la santé tout au long de la vie ; effets en fonction du moment de l'exposition pendant la gestation et du cours de la période de rattrapage. L'exposition au début de la gestation est liée à une maladie coronarienne, à une augmentation des lipides sériques et à une plus grande obésité, tandis qu'une exposition à mi-gestation est associée à une maladie obstructive des voies respiratoires et à une microalbuminurie au cours de la vie; Deux fois plus de risques de développer une schizophrénie
Tempête de verglas au Québec (1998)	±6 h à 5 semaines	Impact négatif sur le développement cognitif et langagier de l'enfant à naître, indépendant des facteurs de personnalité maternelle. Le niveau de stress maternel prénatal est associé à des niveaux d'IMC et d'adiposité plus élevés chez les enfants âgés de 5,5, 8,5, 13,5 et 15,5 ans. La méthylation de l'ADN médie l'impact de l'exposition au stress maternel prénatal sur l'IMC et l'adiposité centrale chez les enfants de 13,5 ans.

MALGRÉ LES DROITS UNIVERSELS DES FEMMES ET DES NOUVEAU-NÉS

- Trop de femmes enceintes ont faim;
- Souffrent d'isolement social;
- Vivent des traumatismes (violence, insécurité financière, stress, etc)
- Plusieurs bébés sont en carence socio-affective depuis leur naissance;
- Ne mangent pas à leur faim;
- Vivent dans des environnements non sécurisants et violents.
- etc



**Créer des lieux de
sécurisation**

**Les maisons
des 1000 premiers
jours**



MAISON DES ALPES-MARITIMES DES 1000 PREMIERS JOURS



MAISON DES ALPES-MARITIMES DES 1000 PREMIERS JOURS

Les 1000 premiers jours
là où tout commence



1,2,3 parents
Je veux être parent
Je vais être parent
Je deviens parent



THE first 1000 days...



THRIVING CHILDREN & SUPPORTIVE COMMUNITIES = A BETTER FUTURE for all

OPTIMAL DEVELOPMENT in the FIRST 1000 DAYS SUPPORTS LIFELONG HEALTH, WELLBEING & OPPORTUNITY

CHILDREN NEED...


OPPORTUNITIES TO LEARN THROUGH PLAY


GREEN SPACES


NUTRITIOUS FOOD


SAFE COMMUNITIES


TOXIN-FREE ENVIRONMENTS


LOVING, RESPONSIVE RELATIONSHIPS


SECURE HOUSING

CRITICAL DEVELOPMENT HAPPENS from CONCEPTION to 2 YEARS - the FIRST 1000 DAYS



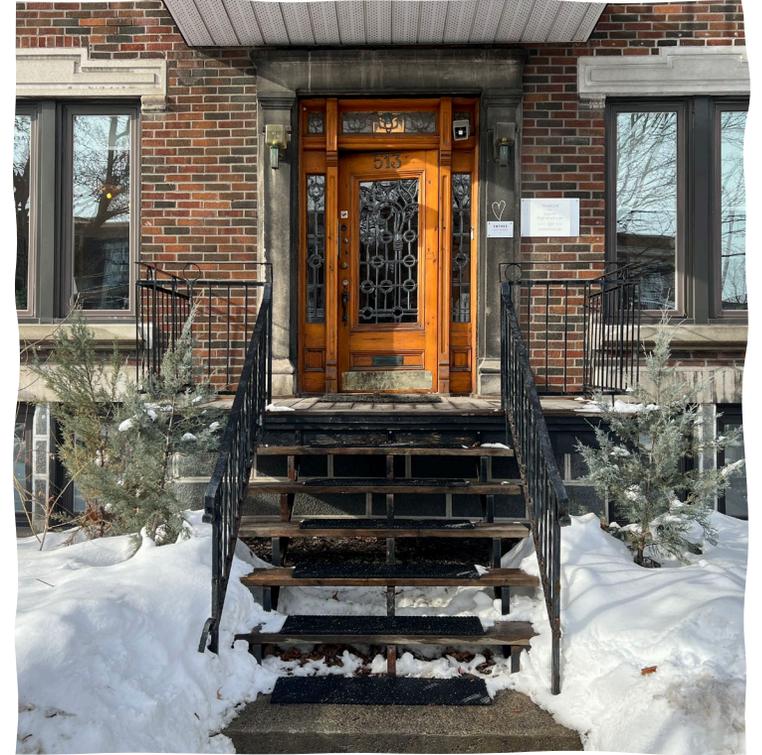
CHILDREN'S BRAINS & BODIES are SHAPED by EARLY EXPERIENCES & ENVIRONMENTS



everyone CAN CONTRIBUTE to RAISING HEALTHY, RESILIENT CHILDREN



Exemple de Melbourne



La Maison de Santé Prévention de Montréal

amie des 1000 premiers jours

Merci !



Tout se joue avant 2 ans

<https://rasc.info/products/tout-se-joue-avant-deux-ans>

100% en dons au
programme psychosocial
A180

