

BÉBÉS ALLAITÉS

Une diète hypoallergénique maternelle diminue-t-elle les coliques?



Miriam Lacasse
miriam.lacasse.1@ulaval.ca

Équipe CHUL

Article de référence

Hill DJ, Roy N, Heine RG, Hosking CS, Francis DE, Brown J et coll. *Effect of a low-allergen maternal diet on colic among breastfed infants: A randomized controlled trial. Pediatrics*, novembre 2005; 116: 709-15.

Références

1. Canadian Paediatric Society (Nutrition Committee). *Dietary manipulations for infantile colic. Pediatrics & Child Health* 2003; 8: 449-52.
2. Garrison MM., Christakis DA. *A systematic review of treatments for infant colic. Pediatrics* 2000;106: 184-90.

RÉSUMÉ

Objectif

Évaluer l'effet d'une diète hypoallergénique maternelle sur les coliques de nourrissons allaités.

Conception

Essai clinique randomisé et en simple aveugle.

Contexte

Mères et nourrissons recrutés dans la communauté par une consultante en allaitement à Melbourne, en Australie, entre 2000 et 2002.

Participants

Cette étude regroupait 107 dyades mère-enfant. Les nourrissons devaient être âgés de moins de six semaines, être allaités exclusivement, être nés à terme d'une grossesse unique avec une histoire périnatale sans particularité, être en bonne santé et souffrir de coliques. Les coliques étaient définies comme une détresse d'une durée (évaluée par les parents) excédant 180 minutes par 24 heures durant trois jours au cours de la semaine précédant la rencontre. Les mères qui suivaient une diète strictement végétarienne étaient exclues, sauf trois qui avaient une diète ovo-lacto-végétarienne équilibrée. Un examen physique du nourrisson et la confirmation d'une technique d'allaitement adéquate étaient effectués.

Interventions

Les mères ont été assignées au hasard à l'une des diètes suivantes qui leur étaient expliquées par un diététiste: 1) diète hypoallergénique (H) qui excluait tout aliment contenant produits laitiers, soya, blé, œufs, poisson, arachides ou autres noix (n=53); ou 2) diète témoin (T) où les mères maintenaient leur apport habituel en légumes, viande, riz et autres céréales auxquels on ajoutait chaque jour 200 ml de lait de soya, 300 ml de lait de vache et une portion de chacun des aliments suivants: arachides, blé et barre muesli au chocolat (n=54).

Principales mesures de résultats

Cette étude comparait le temps de pleurs documenté aux jours 1-2 (avant le début de la diète) et aux jours 8-9 (après l'introduction de la diète) sur un formulaire validé. L'issue principale était une réduction du temps de pleurs de 25 % ou plus. Une analyse a aussi évalué la proportion des nourrissons qui pleuraient 360 minutes ou plus par 48 heures après l'introduction de la diète. Enfin, l'évaluation maternelle subjective de la réponse de l'enfant à la diète (comportement amélioré, inchangé ou aggravé) ainsi que celle du degré de détresse du nourrisson sur une échelle visuelle analogue ont été analysées.

Résultats

Parmi les 107 dyades, 90 (84 %) ont terminé l'étude, dont 47 (89 %) dans le groupe H et 43 (80 %) dans le groupe T. Une amélioration d'au moins 25 % du temps de pleurs a été notée chez 74 % des nourrissons dont la mère suivait la diète H, comparativement à 37 % de ceux qui étaient exposés à la diète T (p<0,001). La proportion de nourrissons pleurant 360 minutes ou plus par 48 heures après l'introduction de la diète a été de 64 % pour la diète H et de 72 % pour la diète T (p=0,402). La durée des pleurs par 48 heures a été réduite de façon plus importante avec la diète H qu'avec la diète T (ratio des moyennes géométriques ajustées: 0,79, IC: 95 %, 0,63-0,97). Enfin, l'évaluation subjective des mères face à la réponse à la diète ainsi que l'évaluation du degré de détresse sur une échelle visuelle analogue ne montraient pas de différence significative.

Conclusion

L'exclusion d'aliments allergéniques de la diète des mères allaitantes est associée à une réduction du temps de pleurs chez les nourrissons en bonne santé allaités présentant des coliques au cours des six premières semaines de vie. Cependant, l'amélioration n'est pas appréciée de manière subjective par les mères allaitantes.

COMMENTAIRE

Pertinence de l'étude

Les coliques sont fréquentes en médecine familiale et en pédiatrie. Face à ce problème, plusieurs parents présentent une détresse importante et souhaitent une intervention visant à réduire les pleurs. **Devons-nous suggérer l'adoption d'une diète hypoallergénique aux mères allaitant un nourrisson en bonne santé qui présente des coliques?**

Importance des résultats

Une réduction de 25 % ou plus du temps de pleurs a été obtenue chez davantage de nourrissons exposés à la diète H (74 %) qu'à la diète T (37 %). Cela représente une différence absolue de 37 % se traduisant par un nombre de mères à traiter de trois (IC: 95 %, 2 à 5) pour obtenir ce résultat. Toutefois, on notait dans chacun des groupes un nombre comparable d'enfants pleurant au moins 360 minutes par 48 heures aux jours 8-9 malgré la diète. De plus, l'absence d'amélioration subjective notée par les mères malgré la réduction statistiquement significative du temps de pleurs avec la diète H laisse croire que la réduction des coliques n'est pas cliniquement significative.

Enfin, l'adoption d'une diète hypoallergénique comporte plusieurs inconvénients et risques associés. Le retrait des produits laitiers, du soya, du blé, des œufs, du poisson, des arachides et des noix de l'alimentation de la mère peut s'associer à des carences alimentaires si elle n'est pas bien guidée dans le choix d'autres aliments pouvant les compenser. De plus, ce type de diète nécessite une attention constante dans le choix des aliments et interdit de nombreux mets que la mère pouvait apprécier.

Critique de la méthodologie

Il s'agit d'un essai randomisé. La méthodologie pour assigner les patients (une liste d'assignation aléatoire) ne pouvait garantir la dissimulation de l'assignation. Cependant, les auteurs précisent que tous les sujets ont été assignés à une séquence selon leur ordre de consultation. Les caractéristiques des groupes d'étude sont présentées selon l'observance (donc quatre groupes). Ces données sont intéressantes. Cependant, pour évaluer si la randomisation a « bien fait son travail », c'est-à-dire si elle a réparti les sujets en deux groupes comparables, il aurait fallu simplement décrire les caractéristiques selon le groupe d'études sans tenir compte de l'observance. Évidemment, cette étude ne pouvait être menée en double aveugle en raison de la nature de l'intervention. Toutefois, des efforts ont été déployés pour éviter le contact entre les mères durant l'étude. Par ailleurs, les auteurs ont pris soin de confier l'explication de la diète à une personne non impliquée dans le recueil ou l'analyse des données. Enfin, l'analyse des temps de pleurs était effectuée dans l'ignorance des groupes de randomisation. L'ajout d'allergènes à la diète de base dans la diète T est sujet à caution, risquant d'aggraver les coliques chez les nourrissons y étant exposés et surestimant alors l'effet de la diète H. On pouvait aussi prévoir que l'observance serait moins bonne pour la diète T puisque plusieurs mères pouvaient se douter qu'elles n'étaient pas exposées à la diète thérapeutique à cause des allergènes ajoutés. Enfin, les auteurs ne semblent pas avoir tenu compte dans leurs analyses de l'exposition au tabagisme maternel, un facteur de risque de coliques reconnu.

Mise en perspective selon l'état des connaissances

La Société canadienne de pédiatrie recommandait en 2003 l'utilisation de diètes hypoallergéniques pour aider à réduire les coliques chez certains enfants¹ malgré les résultats non concluants d'une méta-analyse sur le sujet en raison des limitations importantes de la qualité des études évaluées². La présente étude est novatrice, se penchant sur la problématique des coliques en utilisant un plan d'étude expérimentale randomisée. Les résultats tendent à confirmer partiellement les connaissances antérieures de manière statistique, mais ils sont peu convaincants d'un point de vue clinique.



Tous les textes de Critique et pratique sur Internet

<http://machaon.fmed.ulaval.ca/medecine/cecp>



CONTRIBUTION À LA PRISE DE DÉCISION CLINIQUE

L'adoption d'une diète hypoallergénique devrait être proposée aux mères avec réserve puisqu'elle ne réduit pas de façon cliniquement appréciable la durée des coliques chez les nourrissons allaités en bonne santé.

