

SANTÉ 0-6 ANS

HOMÉO, OSTÉO, PHYTO...

Les médecines douces

qui marchent !

Pour prévenir et guérir la gastro, les coliques, la bronchiolite, l'eczéma, la grippe...

- ✓ NOS CONSEILS
- ✓ VOS TÉMOIGNAGES

Éducation

Nos trucs infallibles pour faire rire bébé!

PSYCHO MAMAN

10

CONSEILS POUR ENFIN CROIRE EN VOUS

Il réclame sans arrêt les bras je fais quoi ?

Confidences de papas

« Au secours, elle fait un baby-blues »

“J’ai accouché à l’improviste”

VOS RÉCITS INCROYABLES

Alimentation

✓ Zoom sur 5 super aliments faciles à utiliser

✓ Enceinte, je mange quoi pour le réveillon ?

M 02322 - 675 - F: 2,90 € - RD



POSEZ
VOS QUESTIONS
PAR MAIL À:
REDACTION@PARENTS.FR

Nos experts

» vous répondent



Dr Philippe Grandseigne

PÉDIATRE
Auteur de:
"Bébé dis-moi qui tu es",
éd. Marabout



Sarah Bursaux
PÉDIATRE
SPÉCIALISÉE EN
NUTRITION



Catherine Marchi
COACH PSYCHOLOGUE



Nathalie Giraud
SEXOTHÉRAPEUTE
<http://nathalie.pimentrose.net>



Pr Philippe Deruelle
GYNÉCOLOGUE
OBSTÉTRICIEN
et Secrétaire du
Conseil national des
gynécologues et
obstétriciens français



Psycho

Le comportement de mes jumeaux, 13 mois, me soucie

Quand mon garçon s'empare d'un jouet, ma fille lui prend. Ça recommence jusqu'à ce qu'il n'en ait plus. Mais la nounou nous a confié que notre fille commençait à faire pareil avec les autres enfants (plus grands) qu'elle garde. Le phénomène s'amplifie et je ne sais pas quoi faire: à 13 mois, est-ce que je peux gronder ma fille? J'ai le sentiment qu'elle ne comprend pas quand je lui dis non. Lorsqu'elle s'apprête à aller dans une pièce défendue par exemple, elle me regarde, puis elle recommence avec un naturel et une gaieté déconcertante. Et je m'inquiète pour mon fils: il ne dit rien, il reste passif lorsqu'elle lui prend tous ses jouets. Est-ce une réaction normale à son âge? » **VÉRONIQUE**

Vous pouvez reprendre fermement votre fille chaque fois qu'elle arrache un jouet des mains de son frère et lui demander de le lui rendre.

Ou bien lui apprendre le troc en lui expliquant que si elle veut le jouet avec lequel il joue, elle doit lui en donner un autre en échange. S'il est d'accord bien sûr. Mettez-vous à la hauteur de votre fille, regardez-la dans les yeux et dites-lui simplement: « Non, je ne suis pas d'accord. On n'arrache pas les jouets des autres, c'est interdit! » Répétez-lui chaque fois qu'elle recommence. Elle comprend très bien. Si elle ne vous écoute pas, répétez les interdits aussi souvent que nécessaire. Et si elle va dans une pièce où elle n'a pas le droit d'aller, exigez d'elle qu'elle en sorte. Les jumeaux s'organisent souvent avec un meneur extraverti qui prend les initiatives et un suiveur, plus timide. Il semble que votre fille ait pris la place de leader. Aidez votre fils à s'imposer, expliquez-lui que les jouets sont autant pour lui que pour sa sœur. **C.M.**

© ALICE FRIAN - JOSTER / ADORÉSTOCK, VÉRIE LUISA / ADORÉ - ISTOCK



Pédiatrie

« Mon joli bébé est né il y a une semaine et ce matin, j'ai découvert plein de minuscules boutons sur son visage. De quoi s'agit-il ? » MARINE

Ces minuscules boutons sont sans aucun danger. On les appelle de l'érythème toxi-allergique, bien qu'il ne s'agisse ni d'allergie ni de toxicité. Ils vont disparaître spontanément dans quelques jours, et au maximum avant trois semaines, sans qu'il n'y ait rien à faire. L'érythème toxi-allergique ne doit pas être confondu avec l'acné du nourrisson. Alors que le premier apparaît les tout premiers jours après la naissance, l'acné, lui, apparaît vers 1 mois et disparaît avant l'âge de 3 mois, sans traitement également. P.G.

MEDIA MARKETING 01 41 38 86 11

BONNES ADRESSES



BÉBÉ : Comment en finir avec les carences en Oméga-3 et DHA ?

Le rapport de l'ANSES (sept. 2015) confirme que 99,3% des enfants à 1 an ont déjà des apports en DHA¹ et en Oméga-3 inférieurs aux recommandations nutritionnelles.

Il faut donner du gras à Bébé !

Les chercheurs expliquent ces carences par la « lipophobie » qui conduit les parents à ne pas mettre de « gras » de l'assiette de Bébé. Cette peur du gras prive Bébé de DHA et d'Oméga-3 au moment où il en a le plus besoin pour se construire des fondations solides. Un déficit préjudiciable à sa santé future car le DHA est un nutriment essentiel au bon développement de son cerveau, de sa rétine et de ses neurones.

Quintesens : la seule huile adaptée à ses besoins !²

L'huile Bébé Quintesens est non seulement une source naturelle de DHA¹ mais **bien plus encore !** Conçu par des nutritionnistes, ce mélange unique de 6 huiles complémentaires garantit à Bébé des apports optimisés en Vitamine E pour protéger ses cellules, en Oméga-3 et Oméga-6 essentiels à sa croissance, et bien-sûr en DHA¹ pour son cerveau et son système nerveux. Une cuillère à café dans chacun de ses repas couvre 50% de ses besoins en DHA, 98% de ses besoins en Vitamine E et 95% de ses besoins en Oméga-3. **Aucune autre huile n'en fait autant pour la santé de votre Bébé !**



Composition :
Tournesol Océlique Bio,
Colza Vierge Bio,
Tournesol Bio,
Lin Vierge Bio,
Chanvre Vierge Bio,
Huile Marine
désodorisée
riche en DHA¹.

Contrairement aux idées reçues, le beurre et l'huile d'olive ne sont pas suffisants pour la santé de Bébé, ils ne contiennent ni Oméga-3, ni DHA et pas assez de Vitamine E pour satisfaire ses besoins.

¹Le DHA est un Oméga-3 à chaîne longue que l'on trouve exclusivement dans les huiles d'origine marine et dans le lait maternel. De nombreuses études ont démontré le rôle essentiel des Oméga-3 de type DHA sur le cerveau, le cœur et la rétine de Bébé (source : EFSA 2012).

²Source ANSES - ANC lipides 2011 Bébé 4-36 mois.



Fabriqué en FRANCE

En vente en magasins Bio et sites spécialisés

Infos et conseils sur www.quintesens-bio.com ou au 04 13 57 03 92