



FAMIPED

Familias, Pediatras y Adolescentes en la Red. Mejores padres, mejores hijos.

La croissance des enfants

Autor/es: M^{re} Elena Fernández Segura. Pediatra de Atención Primaria. Centro de Salud de Nerja (Málaga).

Traductor/a: Marina Puertas Martínez.

[Volumen 4. Nº 4. Diciembre 2011](#) [1]

Dans le travail quotidien des médecins, les parents et familles nous consultent beaucoup sur la croissance de leurs enfants. Au début du siècle dernier, les causes principales de l'altération de la croissance étaient la faim, la dénutrition et les infections. Cela a changé dans la société développée où nous habitons. Actuellement, les enfants ne croissent pas bien à cause de certaines maladies chroniques avec une origine très diverse. La grande importance qu'on donne actuellement aux enfants grands favorise une augmentation des consultations avec des enfants d'une taille normale mais petits, car ils sont situés sous la moyenne dans les courbes.

Est-ce que la croissance des enfants est toujours la même? La croissance passe par trois étapes. La première est de la naissance jusqu'à 2 ans de l'enfant, la deuxième jusqu'à le début de la puberté et la troisième est la croissance dans la puberté.

Qu'est-ce qui se passe dans chaque étape? Lors de la naissance de l'enfant, il y a une étape de croissance rapide, de manière que quand ils ont 2 ans ils ont grandi 35 cm. Dans la deuxième étape, il y a un arrêt progressif dans la vitesse de croissance jusqu'à 8 ans dans les filles et 9 ans dans les garçons. Postérieurement, il commence la croissance rapide de la puberté, accompagnée par des changements corporels faciles à observer et suivre. Pendant la puberté, les filles croissent environ 25 cm et les garçons environ 28 cm. L'hauteur définitive de chaque personne est atteinte quand la croissance du squelette est complètement finit.

Quels sont les changements physiques qui se produisent pendant la puberté? La puberté est la période de la vie dans laquelle se produit la transition de l'enfance jusqu'à la vie adulte; alors, le corps atteint sa forme et taille définitives. Dans cette période, il y a des changements qui touchent tous les organes et structures, mais le plus remarquable est le développement des caractères sexuels secondaires.

Quels sont les changements qui se produisent chez les filles? Quand elles ont 8-9 ans, il apparaît une petite grosseur sous les mamelons qui s'appelle bourgeon mammaire et qui, souvent, sont asymétriques. Progressivement, les seins croissent pendant 2-3 ans. Environ 6 mois plus tard du début de la croissance des seins, il commence la croissance des poils pubiens et, postérieurement, les poils des aisselles. Les premières règles se produisent entre 2-5 ans après le début du bourgeon mammaire, dans notre milieu entre les 11 et les 12 ans.

Quels sont les changements qui se produisent chez les garçons? Quand ils ont 9-10 ans, il commence l'augmentation de la taille des testicules. Dans ce moment-là, le pénis a encore des caractéristiques infantiles, mais environ 1 an plus tard sa croissance commence. Cela est accompagné par l'augmentation de la pigmentation des testicules et le développement de poils dans cette zone. La période de la puberté chez les garçons dure environ 2 ans et elle est accompagnée par une augmentation de la pilosité axillaire, faciale et des extrémités, en plus de changements dans la voix et l'augmentation de la masse musculaire.

De quoi dépend la taille de l'enfant quand la croissance soit terminée? S'il n'y a pas quelque chose dans l'environnement qui rend difficile sa croissance, cela dépend principalement de facteurs génétiques. C'est-à-dire,

La croissance des enfants

l'hauteur dépendra, d'une part, de l'hérédité de ses ancêtres et, d'autre part, de quelques facteurs comme l'alimentation, les maladies qu'il peut souffrir pendant son enfance et le style de vie.

Est-ce qu'on peut connaître quelle serait l'hauteur définitive d'un enfant? L'hauteur attendue quand il soit un adulte peut être calculé en fonction de l'hauteur de ses parents. Cela est connu comme « taille cible ». On emploie une formule mathématique qui est différente pour les hommes et les femmes. Cette différence est justifiée par l'influence des hormones sexuelles dans la croissance.

Garçons = (hauteur du père+hauteur de la mère)/2+6,5 cm

Filles = (hauteur du père+hauteur de la mère)/2-6,5 cm

On doit considérer une variation de $\pm 8,5$ cm sur ce calcul.

Exemple: le père d'un enfant mesure 179 cm et la mère mesure 163 cm. Le calcul serait: $(179+163)/2+6,5= 177,5$ cm. Par conséquent, on peut espérer que quand l'enfant soit un adulte sa hauteur oscille entre 186 cm et 169 cm, car on doit additionner et soustraire 8,5 cm au résultat de 177,5 cm.

Est-ce qu'on peut toujours espérer que les enfants atteignent une hauteur plus élevée que cela de ses parents? Ce phénomène est connu comme accélération séculaire de la croissance. Il arrive dans les populations avec un niveau de vie ascendant, aussi pour l'hauteur comme pour l'anticipation de la puberté.

Quels sont les paramètres employés par les pédiatres et infirmiers pour surveiller leur développement physique? Les paramètres cliniques sont le poids, la taille et le périmètre céphalique. Votre professionnel de la santé les réalisera de préférence dans les visites du programme de santé infantile recommandées ou dans d'autres occasions qu'il considère opportuns.

Pourquoi le poids et le périmètre céphalique sont importants? Le poids est le paramètre qui s'altère avec plus de rapidité dans des situations de dénutrition. Le périmètre céphalique mesure la taille de la tête et est un indicateur du développement cérébral. Le périmètre céphalique doit être mesuré, au moins, jusqu'à ce que l'enfant ait 2 ans de vie.

Est-ce que l'hauteur est utilisée pour évaluer la croissance des enfants? Oui, la mesure de l'hauteur est dénommée taille par les professionnels. Jusqu'à ce que l'enfant ait 2 ans, il est mesuré à l'aide d'une règle rigide horizontale. À partir de ce moment-là, il est mesuré debout. Pour évaluer la croissance, il serait nécessaire de mesurer la vélocité de croissance pendant 1 an au moins et la comparer avec les courbes de référence.

Qu'est-ce que sont les courbes de croissance? La courbe de croissance est un graphique qui permet d'évaluer la croissance de l'enfant et qui est différente pour les garçons et pour les filles. Elles sont préparées à partir de l'information sur le poids et la taille de milliers d'enfants. Ce qu'on fait est comparer l'hauteur, le poids et la taille de la tête face les enfants du même âge. Les mesures de croissance doivent être comparées avec les courbes de référence dans chaque population. Actuellement on a les courbes de croissance de l'OMS, élaborées avec des enfants de pays différents (l'Inde, Brésil, États-Unis, Oman, Norvège et le Ghana) nourris seulement avec du lait maternel. Elle peut être appliquée à tous les enfants du monde et peuvent être consultées à: http://www.who.int/childgrowth/standards/curvas_por_indicadores/en/index.html [2]

PLUS D'INFORMATION (en espagnol):

<http://www.aepap.org/familia/crecer.htm> [3]

<http://www.aepap.org/familia/pubertad.htm> [4]