

Les ferments lactiques favorisent la flore intestinale des nourrissons et jeunes enfants

Publié le 01/06/2020

3 minutes de lecture

Écrit par [Nathalie Ballesteros](#)

[Télécharger en PDF](#) Imprimer

Partager Facebook Pinterest Twitter



Dès la naissance, l'intestin de bébé est colonisé par des **ferments lactiques (bactéries lactiques amies)** qui vont constituer la **flore intestinale**. Avec la diversification alimentaire, ce microbiote propre à chacun va rapidement se densifier pour assurer ses multiples fonctions de protection. Néanmoins cet équilibre est fragile et requiert parfois une complémentation adaptée.

Qu'est-ce que les **ferments lactiques** ? Pourquoi nos enfants en ont-ils besoin ? Où les trouve-t-on ? Nous mettons en lumière les réponses à toutes ces questions légitimes afin de mieux comprendre les besoins de nos enfants.

La flore intestinale chez les nourrissons et les enfants

La **flore intestinale** est un écosystème fragile constitué de milliards de **ferments lactiques** et dont la préservation est source de bien-être chez les enfants. Les ferments lactiques sont aussi appelés probiotiques. Tout comme chez l'adulte, la **flore intestinale** du jeune enfant intervient :

- au niveau digestif : transit, confort digestif,
- au niveau du système de défenses naturelles.

Pratiquement inexistante à la naissance, la **flore intestinale** se développe au cours des 3 premières années de vie grâce au contact avec la mère (flores vaginale, intestinale et cutanée), à l'environnement et au mode d'alimentation de l'enfant. Elle peut être altérée par de nombreux facteurs tels que la prise de médicaments.

Il est donc important :

- pour les nourrissons et jeunes enfants : d'aider **la flore intestinale** à se développer afin qu'elle soit dense et diversifiée,
- pour les enfants plus âgés : de veiller à préserver l'équilibre de cette flore.

Qu'est-ce que les ferments lactiques ?

Les **ferments lactiques ou probiotiques** sont des micro-organismes vivants (bactéries et levures), ayant des effets bénéfiques sur la santé. Ils constituent la **flore intestinale** et sont présents tout le long du tube digestif. On distingue 4 familles de **ferments lactiques** : les lactobacilles, les bifidobactéries, les streptocoques et les saccharomyces. Au sein de chacune de ces familles de **ferments lactiques**, il existe différentes espèces, elles-mêmes divisées en différentes souches qui ont des propriétés spécifiques. Pour que les **ferments lactiques** se développent et agissent au sein de la **flore intestinale**, ils ont besoin de sucres spécifiques appelés oligosaccharides ou oligosides, naturellement apportés par une alimentation variée et équilibrée. Le lait maternel contient naturellement des galacto-oligosides (GOS) et des fructo-oligosides (FOS). Ce mélange favorise l'implantation des **ferments lactiques**, leur développement et leur prolifération. Grâce à la diversification alimentaire, le jeune enfant peut augmenter ses apports en **bactéries lactiques**. Elles sont naturellement présentes dans les produits laitiers (yaourt et laits fermentés), les produits issus de la **lacto-fermentation** (kéfir, kombucha, choucroute...), les dérivés de soja, la levure de bière... La consommation d'aliments riches en fibres tels que le pain complet, les fruits, les légumes et les légumineuses favorise le développement d'une **flore intestinale** équilibrée.

Les ferments lactiques : les garanties du Laboratoire LESCUYER

En **complément alimentaire**, tous les **ferments lactiques** ne se valent pas. En effet, la quantité par sachet et la qualité sont deux points fondamentaux à prendre en compte. Ainsi, dans la formule de **BACTIVIT ENFANT**, nous vous offrons :

- une dose précise de 1,5 milliard de **ferments lactiques** par sachet permettant l'activité et la survie des **ferments** dans l'intestin,
- des souches résistantes à l'acidité gastrique,
- une stabilité et survie des **ferments lactiques** testées et renforcées par un complexe protecteur,
- une optimisation de conservation et de survie des souches microbiotiques au cœur du sachet,
- un goût neutre et une bonne solubilité.

Découvrez notre complément alimentaire BACTIVIT ENFANT :



Bactivit Enfant

92% of 100

[\(183\)](#)

3 souches probiotiques pour aider à l'équilibre de la flore intestinale des enfants

[En savoir plus](#)

Partager cette page par e-mail

Votre prénom

Votre nom

Envoyer à

Message

Envoyer un email

Partager



Nathalie Ballesteros

Docteur en pharmacie et naturopathe

La découverte de la micronutrition a été une révélation lui permettant de trouver des solutions les plus adaptées dans la compréhension globale des manifestations. Depuis plus de 20 ans Nathalie Ballesteros prend en charge la formation en micronutrition auprès de nombreux professionnels de santé...

Lire d'autres articles sur le microbiote



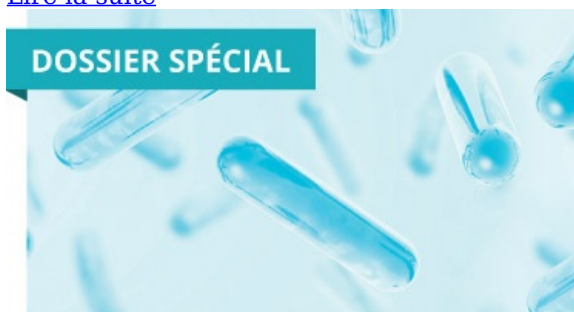
1. Catégorie La micronutrition pour les enfants ,

La croissance chez l'enfant

07/05/2019

Saviez-vous qu'entre 4 et 10 ans, un enfant grandit en moyenne de 5 à 6 cm par an ?

[Lire la suite](#)



2. Catégorie Probiotiques et microbiote ,

Microbiote intestinal : à quoi servent les probiotiques ?

14/09/2021

6 minutes de lecture

Microbiote, prébiotiques, probiotiques, tout le monde en parle, mais de quoi s'agit-il vraiment ?

[Lire la suite](#)



3. Catégorie Probiotiques et microbiote ,

Flore intestinale, comment favoriser son équilibre ?

19/10/2018

2 minutes de lecture

Le microbiote intestinal est une source importante du bien être et il est donc important de favoriser son équilibre, par exemple grâce à un complément alimentaire digestion.

[Lire la suite](#)