

Le développement somatique de l'enfant

CE QU'IL FAUT SAVOIR

Le développement somatique¹ est programmé, l'enfant va croître en taille et en poids. C'est un phénomène global et unique :

- *global*, car il concerne autant la croissance pondérale et staturale que les proportions du corps. La vitesse de croissance varie en fonction de l'âge ;
- *unique*, car le rythme de développement est propre à chaque individu.

L'évolution de la croissance en taille et en poids (*staturο-pondérale*) est étudiée à partir de moyennes établies d'après des statistiques. Il est donc évident que tous les enfants n'auront pas le même développement, que ce développement ne suivra pas systématiquement les « *normes* » établies.

Le rythme et les facteurs du développement

Le *développement somatique* est un phénomène global ; il concerne la croissance pondérale et staturale (poids et taille).

▶ Le rythme du développement

La *vitesse de croissance* varie en fonction de l'âge. Elle est :

- très rapide durant la vie utérine ;
- rapide de la naissance à 3 ans ;
- plus lente de 4 à 10 ans ;
- puis rapide à l'adolescence.

▶ Les facteurs de croissance

On distingue des facteurs extrinsèques liés à l'environnement et des facteurs intrinsèques spécifiques à l'individu.

■ Facteurs intrinsèques

Il y a deux types de facteurs intrinsèques.

- Les *facteurs génétiques* : les poids et taille de chacun des deux parents doivent être pris en considération pour évaluer la croissance de l'enfant.
- Les *facteurs hormonaux* : différentes hormones agissent sur la croissance. Citons plus particulièrement l'hormone de croissance, sécrétée durant le sommeil (d'où l'importance du respect du sommeil de l'enfant).

¹ Étymologie : « somatique » vient du mot grec *soma*, qui signifie « corps » (développement du corps).

10. Le développement somatique de l'enfant

Facteurs extrinsèques

Les facteurs extrinsèques sont nombreux et variés. Citons les principaux.

- *L'hygiène alimentaire* : l'alimentation doit être équilibrée en qualité et en quantité afin de répondre aux besoins de l'enfant.
- *L'hygiène de vie*, en particulier la qualité de l'environnement (ensoleillement, absence de pollution), le sommeil, les activités physiques.
- Les *conditions psycho-affectives* : tous les psychologues de la petite enfance ont démontré le retentissement des carences affectives sur la croissance de l'enfant et, à l'inverse, l'importance de l'affectif dans le développement harmonieux de l'enfant².
- Une *surveillance médicale régulière et les vaccinations* participent à l'évolution harmonieuse de la croissance par la prévention des pathologies.

L'évolution du poids

La surveillance de la croissance en poids de l'enfant constitue un des aspects de l'appréciation de son état de santé. Elle repose, de façon indissociable, sur les courbes de croissance, véritable indicateur de la qualité du développement somatique de l'enfant.

La courbe pondérale

Les grilles des mesures de croissance proposées dans le carnet de santé de l'enfant, et tenues à jour, constituent un outil fiable d'évaluation.

Il est important de s'intéresser davantage à la *régularité de la courbe* qu'au poids effectif de l'enfant (surtout dans la première enfance).

Normes de 2 à 4 ans

La surveillance du poids se fait d'abord à la maternité, puis au rythme des consultations médicales de l'enfant. Il existe des « chiffres repères » permettant une évaluation rapide du gain pondéral, en référence au poids de naissance de l'enfant (PN). Leur valeur indicative est cependant approximative, le suivi de la courbe pondérale de l'enfant reste la règle (Tableau 3.1).

TABLEAU 3.1. Progression du poids de 2 à 4 ans et points de repère par rapport au PN.

	A	B	C
Âge de l'enfant	Points de repère	Poids (approximatif)	Gain pondéral mensuel
2 ans	PN × 4	13 kg	250 g
3 ans		14,500 kg à 15 kg	180 g
4 ans	PN × 5	17 kg	150 g

La colonne A permet de calculer le poids de l'enfant à partir du poids de naissance selon les points de repère.

La colonne B indique le poids approximatif.

La colonne C indique le gain pondéral mensuel (à titre indicatif).

² Le psychologue W. Scott a dit : « L'amour maternel est la vitamine psychologique de croissance. »

TABLEAU 3.2. Gain pondéral moyen de 4 à 10 ans.

Âge de référence	Mensuel	Annuel
De 4 à 5 ans	170 g	1,700 kg
De 5 à 7 ans	125 g	1,500 kg
De 8 à 10 ans	115 g	1,400 kg

Normes entre 4 et 10 ans

La croissance pondérale se ralentit progressivement à partir de 4 à 5 ans, et reste lente jusqu'à 10 à 12 ans (Tableau 3.2).

L'évolution de la taille

La taille est la hauteur du corps, du sommet de la tête aux talons. La mesure se fait à l'aide d'une toise.

Normes de 2 à 4 ans

TABLEAU 3.3. Taille de 2 à 4 ans^a et points de repère à 4 ans.

Âge de référence	Taille	Points de repère
Vers 2 ans	85 cm	
Vers 3 ans	95 cm	
Vers 4 ans	1 m	TN × 2

a. Il s'agit de moyennes statistiques ; les variations individuelles sont fréquentes, chaque enfant ayant son rythme propre.

Normes entre 5 et 10 ans

L'enfant grandit de 5 à 6 cm par an environ.

TABLEAU 3.4. Taille de 5 ans à 10 ans.

Âge de référence	Filles	Garçons
Vers 5/6 ans	1,08 m	1,10 m
Vers 7/8 ans	1,25 m	1,25 m
Vers 9/10 ans	1,34 m	1,35 m

S'ENTRAÎNER

QCM

1. Le développement somatique de l'enfant dépend :

- A. De la corpulence des parents.
B. De l'alimentation des parents.

10. Le développement somatique de l'enfant

- C. De la qualité affective des liens familiaux.
- D. De son hygiène alimentaire.
- E. De son hygiène de vie (sommeil, vaccins, etc.)
2. À 2 ans, l'enfant pèse :
- A. 8 kg.
- B. 13 kg.
- C. 16 kg.
3. À 2 ans, l'enfant mesure :
- A. 75 cm.
- B. 90 cm.
- C. 85 cm.
4. À 3 ans, l'enfant mesure :
- A. 95 cm.
- B. 110 cm.
- C. 85 cm.
5. À 3 ans, l'enfant pèse :
- A. 15 kg.
- B. 6 kg.
- C. 8 kg.
6. À 3 ans, l'enfant a un gain pondéral mensuel de :
- A. 120 g.
- B. 140 g.
- C. 180 g.
7. À 4 ans, l'enfant :
- A. Double son poids de naissance.
- B. Triple son poids de naissance.
- C. Quintuple son poids de naissance.
8. À 4 ans, l'enfant pèse (environ) :
- A. 17 kg.
- B. 19 kg.
- C. 21 kg.
9. À 4 ans, l'enfant mesure :
- A. 1 m.
- B. 90 cm.
- C. 80 cm.

CORRIGÉS

1. A, C, D, E ; 2. B (13 kg) ; 3. C (85 cm) ; 4. A (95 cm) ; 5. A (15 kg) ; 6. C (180 g) ; 7. C ; 8. A (17 kg) ; 9. A (1 m).