

Mais qu'y a-t-il dans le lait maternel

Résultats tirés d'un projet universitaire pour le Breastfeeding Course for Health Care Providers, Douglas College, New Westminster, BC, Canada - © 2007 by Cecily Heslett, Sherri Hedberg and Haley Rumble.
Version française LLL France. Mise à jour 2020 par Britta Boutry-Stadelmann.

Lait maternel	Lait artificiel
Eau	Eau
Glucides (source énergétique) Lactose Oligosaccharides (plus de 200 sortes différentes !) (Cf. ci-dessous)	Glucides Lactose Maltodextrine de maïs
Acide carboxylique Acide Alpha hydroxy Acide lactique	
Protéines (construction musculaire et osseuse) Protéines de lactosérum Alpha-lactalbumine HAMLET (Human Alpha-lactalbumin Made Lethal to Tumor cells) Lactoferrine Nombreux facteurs antimicrobiens (Cf. ci-dessous) Caséine Sérum albumine	Protéines Concentré de protéines de lactosérum partiellement hydrolysées à charge minérale réduite (à partir de lait de vache)
Azote non protéique Créatine Créatinine Urée Acide urique Peptides (Cf. ci-dessous) Acides aminés (constituants fondamentaux des protéines) Alanine Arginine Aspartate Clycine Cystine Glutamate Histidine Isoleucine Leucine Lycine Méthionine Phénylalanine Proline Sérine Taurine Théronine Tryptophane Tyrosine Valine Carnitine (nécessaire pour l'utilisation des acides gras comme source d'énergie)	Acides aminés Taurine L-Carnitine (combinaison de 2 acides aminés différents)

<p>Nucléotides (composants chimiques qui sont les unités structurelles de l'ARN et de l'ADN)</p> <ul style="list-style-type: none"> 5'-Adenosine monophosphate (5''-AMP) 3':5'-Cyclic adenosine monophosphate (3':5'-cyclic AMP) 5'-Cytidine monophosphate (5'-CMP) Cytidine diphosphate choline (CDP choline) Guanosine diphosphate (UDP) Guanosine diphosphate - mannose 3'- Uridine monophosphate (3'-UMP) 5'-Uridine monophosphate (5'-UMP) Uridine diphosphate (UDP) Uridine diphosphate hexose (UDPH) Uridine diphosphate-N-acetyl-hexosamine (UDPAH) Acide uridine diphosphoglucuronique (UDPGA) <p>Plusieurs autres nucléotides du type UDP</p>	<p>Nucléotides</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cytidine 5-monophosphate - Disodium uridine 5-monophosphate - Adénosine 5-monophosphate - Disodium guanosine 5-monophosphate
<p>Lipides</p> <p><u>Triglycérides</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Acides gras polyinsaturés à longue chaîne <ul style="list-style-type: none"> Acide docosahexaénoïque (DHA) (important pour le développement cérébral) Acide arachidonique (ARA) (important pour le développement cérébral) Acide linoléique Acide alpha-linolénique (ALA) Acide eicosapentaénoïque (EPA) Acide linoléique conjugué (acide ruménique) Acides gras libres Acides gras monoinsaturés <ul style="list-style-type: none"> Acide oléique Acide palmitoléique Acide heptadécanoïque Acides gras saturés <ul style="list-style-type: none"> Acide stéarique Acide palmitique Acide laurique Acide myristique <p><u>Phospholipides</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Phosphatidylcholine Phosphatidyléthanolamine Phosphatidylinositol Lysophosphatidylcholine Lysophosphatidyléthanolamine Plasmalogènes <p><u>Sphingolipides</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Sphingomyéline Gangliosides <ul style="list-style-type: none"> GM1 GM2 GM3 Glucosylcéramide Glycosphingolipides 	<p>Lipides</p> <ul style="list-style-type: none"> Huile de palme Huile de soja Huile de noix de coco Huile de carthame à haute teneur en acide oléique (ou huile de tournesol) Huile de Mortierella alpina (DHA tiré d'un champignon) Huile de C.cohnii (ARA tiré d'une algue) <p>Lécithine de soja</p>

<p>Galactosylcéramide Lactosylcéramide Globotriaosylcéramide (GB3) Globoside (GB4)</p> <p><u>Stérols</u></p> <p>Squalène Lanostérol Dimethylstérol Methostérol Lathostérol Desmostérol Triacylglycérol Cholestérol 7-déhydrocholestérol Stigmastérol et campestérol 7-kétocholestérol Sitostérol β-lathostérol Métabolites de la vitamine D Hormones stéroïdiennes</p>	
<p><u>Vitamines</u></p> <p>a-Tocophérol Acide folique Acide pantothénique Bêta-carotène Biotine Niacine Riboflavine Thiamine Vitamine A Vitamine B6 Vitamine B8 (Inositol) Vitamine B12 Vitamine C Vitamine D Vitamine E Vitamine K</p>	<p><u>Vitamines</u></p> <p>Acétate de d-alpha-tocophéryl Acide folique Ascorbate de sodium Biotine Chlorhydrate de pyridoxine Choline bitartrate Inositol Mononitrate de thiamine Niacinamide Pantothénate de calcium Phylloquinone Riboflavine Vitamine A acétate Vitamine B12 Vitamine D3</p>
<p><u>Minéraux</u></p> <p>Calcium Sodium Potassium Fer Zinc Chlore Phosphore Magnésium Cuivre Manganèse Iode Sélénium Choline</p>	<p><u>Minéraux</u></p> <p>Citrate de potassium Phosphate de potassium Chlorure de calcium Phosphate tricalcique Citrate de sodium Chlorure de magnésium Sulfate ferreux Sulfate de zinc Chlorure de sodium Sulfate de cuivre Iodure de potassium Sulfate de manganèse Sélénate de sodium</p>

<p>Soufre Chrome Cobalt Fluor Nickel Molybdène (élément essentiel dans bcp d'enzymes)</p>	
<p><u>Facteurs de croissance</u> (aident à la maturation de la paroi intestinale)</p> <p><u>Cytokines</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Interleukine-1β (IL-1β) IL-2 IL-4 IL-6 IL-8 IL-10 Facteur de stimulation des colonies de granulocytes (G-CSF) Facteur de stimulation des colonies de macrophages (M-CSF) Facteurs de croissance dérivés des plaquettes (PDGF) Facteur de croissance de l'endothélium vasculaire (VEGF) Facteur de croissance -α des hépatocytes (HGF-α) HGF-β Facteur de nécrose tumorale -α Interferon-γ Facteur de croissance épithéliale (EGF) Facteur de croissance transformant -α (TGF-α) TGF β1 TGF-β2 Facteur de croissance analogue à l'insuline (IGF-I) (ou somatomédine) Facteur de croissance analogue à l'insuline type II Facteur de croissance du tissu nerveux (NGF) Erythropoïétine <p><u>Peptides</u> (combinaisons d'acides aminés)</p> <ul style="list-style-type: none"> HMGF I (facteur de croissance humain) HMGF II HMGF III Cholécystokinine (CCK) β-endorphines Hormone parathyroïdienne (PTH) Peptide apparenté à l'hormone parathyroïdienne (PTHrP) β-défensine-1 Calcitonine Gastrine Motiline Bombésine(peptide facteur de libération gastrique ou neuromédine bêta) Neurotensine 	

<p>Somatostatine</p> <p><u>Hormones</u> (messagers chimiques porteurs de signaux d'une cellule ou d'un groupe de cellules vers d'autres par voie sanguine)</p> <p>Cortisol</p> <p>Triiodothyronine (T3)</p> <p>Thyroxine (T4)</p> <p>Hormone stimulant la thyroïde (TSH) (ou thyrotropine)</p> <p>Thyréostimuline (TRH)</p> <p>Prolactine</p> <p>Ocytocine</p> <p>Insuline</p> <p>Corticostérone</p> <p>Thrombopoïétine</p> <p>Hormone libératrice de la gonadotropine (GnRH)</p> <p>Leptine (aide la régulation de la consommation alimentaire)</p> <p>Ghréline (aide la régulation de la consommation alimentaire)</p> <p>Adiponectine</p> <p>Inhibiteur rétro-actif de la lactation - Feedback inhibitor of lactation (FIL)</p> <p>Eicosanoïdes</p> <p style="padding-left: 40px;">Prostaglandines (dérivés enzymatiques des acides gras)</p> <p style="padding-left: 80px;">PG-E1</p> <p style="padding-left: 80px;">PG-E2</p> <p style="padding-left: 80px;">PG-F2</p> <p style="padding-left: 40px;">Leucotriènes</p> <p style="padding-left: 40px;">Thromboxanes</p> <p style="padding-left: 40px;">Prostacyclines</p>	
<p><u>Enzymes</u> (catalyseurs des réactions chimiques corporelles)</p> <p>Amylase</p> <p>Arylsulfatase</p> <p>Catalase</p> <p>Histaminase</p> <p>Lipase</p> <p>Lysozyme</p> <p>PAF-acétylhydrolase</p> <p>Phosphatase</p> <p>Xanthine oxydase</p>	<p><u>Enzyme</u></p> <p>Trypsine</p>
<p><u>Antiprotéases</u> (supposées se lier aux macromolécules comme les enzymes et, par là, participer à la prévention des allergies et réactions anaphylactiques)</p> <p>a-1-antitrypsine</p> <p>a-1-antichymotrypsine</p>	

<p>Facteurs antimicrobiens (servent au système immunitaire à identifier et neutraliser les corps étrangers, comme les bactéries et virus)</p> <ul style="list-style-type: none"> Leucocytes (globules blancs) <ul style="list-style-type: none"> Phagocytes <ul style="list-style-type: none"> Basophiles Neutrophiles Eosinophiles Macrophages Lymphocytes <ul style="list-style-type: none"> B lymphocytes (ou B cells) T lymphocytes (ou C cells) sIgA (immunoglobuline sécrétoire de type A) (le facteur anti-infectieux le plus important) IgA2 IgG IgD IgM IgE Complément C1 Complément C2 Complément C3 Complément C4 Complément C5 Complément C6 Complément C7 Complément C8 Complément C9 Glycoprotéines <ul style="list-style-type: none"> Mucines (se lient aux bactéries et virus et les empêchent d'adhérer aux muqueuses) Lactadhérine Alpha-lactoglobuline Alpha-2 macroglobuline Antigènes du groupe sanguin de Lewis Ribonucléase Inhibiteurs de l'hémagglutinine Facteur bifidus (améliore la croissance du Lactobacillus bifidus qui est une bonne bactérie) Lactoferrine (se lie au fer, ce qui prive les bactéries nocives de fer pour leur propre croissance) Lactoperoxidase Protéine de liaison à la B12 (prive les microorganismes de vitamine B12) Fibronectine (rend les phagocytes plus efficaces, diminue l'inflammation et répare les dommages causés par l'inflammation) Oligosaccharides (plus de 200 types différents dont 150 spécifiquement humains ! = HMO Human Milk Oligosacch. 	
<p>Autres éléments vivants</p> <ul style="list-style-type: none"> - cellules souches maternelles - mi-ARN (messagers épigénétiques) 	

