

Suppléments de micronutriments multiples (SMM) Faits à l'intention des prestataires de services

Les suppléments de micronutriments multiples (SMM), c'est quoi ?

La fourniture de suppléments en vitamines et minéraux pendant la grossesse peut aider à répondre aux besoins accrus en nutriments qui ne peuvent souvent pas être satisfaits par le seul régime alimentaire. Les micronutriments sont essentiels au développement sain, à la prévention des maladies et au bien-être. Bien qu'ils ne soient nécessaires qu'en petites quantités, les micronutriments ne sont pas fabriqués par l'organisme et doivent provenir de l'alimentation ou d'un supplément. La formule UNIMMAP¹ SMM contient 15 micronutriments pour soutenir une grossesse saine.

La formule d'UNIMMAP SMM est formulée pour fournir l'apport nutritionnel recommandé (ANR) de chaque nutriment.

Quels sont les avantages de prendre des SMM au lieu du fer et de l'acide folique (FAF) ?

Les SMM contiennent plus de micronutriments (15) que le FAF, qui n'en contient que 2 (fer et acide folique). Il a été démontré que les SMM améliorent la santé maternelle et les résultats de l'accouchement. Bien que les deux réduisent le taux d'anémie maternelle, il est prouvé que les SMM apportent des améliorations supplémentaires dans les résultats de l'accouchement pour les femmes qui sont sous-alimentées, y compris anémiques et/ou en insuffisance pondérale, pendant leur grossesse.

Ces améliorations comprennent des réductions dans les domaines suivants :

- Anémie maternelle² et autres symptômes causés par des carences en vitamines et minéraux
- Faible poids à la naissance² (FPN <2500g)³
- Petite taille pour l'âge gestationnel² (PTA <10e percentile)³
- Naissances prématurées (<37 semaines)³
- Mortalité infantile à 6 mois³
- Mortinaissances³

2 Keats EC, Haider BA, Tam E, Bhutta ZA. Supplémentation en micronutriments multiples pour les femmes pendant la grossesse. Base de données Cochrane des revues systématiques 2019, numéro 3. Art. No. : CD004905. DOI : 10.1002/14651858.CD004905.pub6.

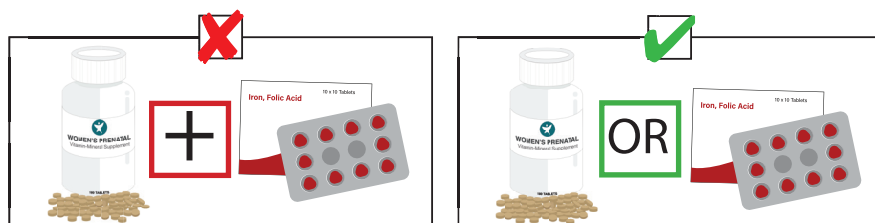
3 Smith ER et al. Modificateurs de l'effet de la supplémentation maternelle en micronutriments multiples sur la mortalité, l'issue favorable de la grossesse, et la mortalité infantile : une méta-analyse des données individuelles des patients provenant de 17 essais randomisés dans les pays à revenu faible et intermédiaire. The Lancet Global Health, 2017, Vol 5, Issue 11, e1090 - e1100.

Les 15 micronutriments dans la SMM :

fer (Fe), acide folique, vitamine A, vitamine C, vitamine D, vitamine E, vitamine B1 (thiamine), vitamine B2 (riboflavine), vitamine B3 (niacine), vitamine B6, vitamine B12, zinc (Zn), cuivre (Cu), iode (I) et sélénium (Se)

Par rapport à

2 Micronutriments du FAF :
fer et acide folique



A titre préventif, il est déconseillé aux femmes enceintes de prendre la SMM et le FAF en même temps ou le même jour. Cela peut entraîner un apport en fer plus important, ce qui peut provoquer des effets secondaires tels que la constipation, les vomissements, les nausées et la diarrhée.

* En cas d'anémie grave pendant la grossesse (telle que définie par les autorités sanitaires locales), les causes et le traitement doivent être déterminés par un professionnel de la santé.

A quelle fréquence les femmes

Encouragez les femmes à prendre un SMM par jour pendant la grossesse jusqu'à ce que le flacon soit vide (elles peuvent également en prendre pendant l'allaitement).

La prise de SMM avec des liquides, des aliments et après les repas, ou au coucher, peut réduire les effets secondaires. Toutefois, si les symptômes persistent, la femme enceinte doit en parler avec son spécialiste de soins prénatals.



Ne pas donner de SMM aux :

- ✗ Hommes, enfants et femmes qui ne sont pas enceintes
- ✗ Les femmes enceintes qui prennent déjà du FAF dans leur clinique locale ou dans les services de proximité

Quels sont les effets secondaires potentiels des SMM ?

Lorsqu'ils sont pris selon les instructions, les suppléments de SMM ne devraient pas provoquer d'effets secondaires graves ; Ces effets secondaires sont souvent temporaires et disparaissent au fur et à mesure que le corps s'adapte au médicament :

- maux d'estomac (c.-à-d. nausées, vomissements et diarrhée),
- constipation
- des maux de tête, ou
- un goût inhabituel ou désagréable dans la bouche

Messages clés pour conseiller les femmes enceintes

- Demandez à la femme de répéter les instructions pour s'assurer qu'elle comprend ou posez des questions pour vérifier sa compréhension.
- Ne partagez pas les SMM avec vos amies ou votre famille car ils sont spécialement formulés pour les femmes enceintes et sont importants pour le bébé en pleine croissance.
- Conservez la SMM dans un endroit sûr, hors de portée des enfants.
- Voici quelques idées pour aider la femme à se souvenir de prendre la SMM quotidiennement :

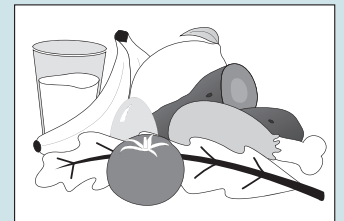


- ✓ Prendre le SMM à la même heure chaque jour, après un repas (cela aide à développer une habitude, mais n'est pas nécessaire pour que le SMM fasse de l'effet).
- ✓ Régler une alarme ou utiliser un autre rappel pour prendre des SMM chaque jour.
- ✓ Conserver le flacon dans un endroit où il est visible tous les jours, mais hors de portée des enfants.
- ✓ Demander à votre famille ou à vos amis de vous aider à vous rappeler.

- Si une femme oublie de prendre la SMM un jour, ne pas prendre deux SMM le lendemain ; continuez simplement à en prendre une par jour comme d'habitude.
- Répondez à toutes les questions et aux préoccupations de la femme.

L'utilisation de la SMM conduit-elle à l'accouchement de « gros bébés » qui sont grands par rapport à leur âge gestationnel (LGA) ?

Non. La MMS favorise la croissance et le développement optimal du fœtus. Les femmes qui ont souffert de retard de croissance (rapport poids / âge insuffisant) doivent être surveillées tout au long de la grossesse et recevoir des soins obstétricaux appropriés pour assurer un accouchement sain.



Pour assurer une expérience de grossesse positive et saine, conseiller aux femmes de :

- Se rendre à des rendez-vous réguliers de contacts prénatals (CPN), l'OMS recommande un minimum de 6 contacts par grossesse.
- Avoir une alimentation saine avec une variété d'aliments provenant de différents groupes alimentaires
- Inclure l'activité physique dans la routine quotidienne
- Surveiller son poids pendant la grossesse
- Se faire dépister pour le diabète, y compris le diabète gestationnel



La SMM affecte-t-elle la fertilité d'une femme ?

Si les femmes qui essaient de concevoir un enfant peuvent bénéficier d'une meilleure alimentation, la SMM **n'est pas** un médicament pour la fertilité. Conseiller aux femmes de consulter un médecin pour obtenir des conseils sur la fertilité.

La SMM **n'est pas** non plus une pilule contraceptive et **ne peut pas** être utilisée pour la planification familiale.

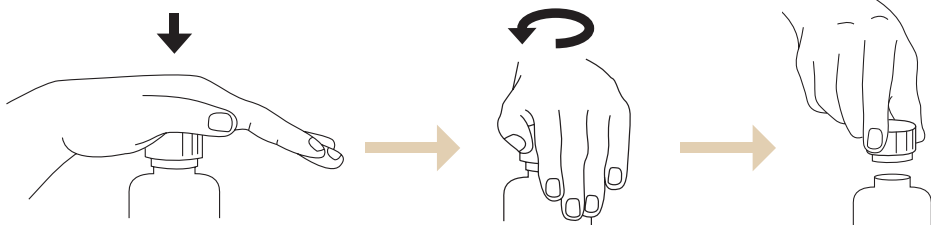
Comment donner des SMM aux femmes enceintes ?

- Donnez à chaque femme enceinte un flacon contenant 180 MMS à utiliser pendant la grossesse. Pour des raisons de sécurité et pour éviter que les SMM ne se dégradent, conserver les suppléments dans le flacon d'origine.
- Informer les femmes sur la sécurité de conservation, le dosage, les effets secondaires et les avertissements, et montrez-leur comment ouvrir le bouchon avec sécurité enfant.

Comment stocker les SMM ?

- Entreposer le flacon de SMM dans un endroit frais et sec, entre 15 ° C et 30 ° C.
- Garder le flacon bien fermé et hors de portée des enfants.

Comment ouvrir les capsules de flacons à l'épreuve des enfants ?



Presser la paume de la main sur le bouchon.

Tournez le capuchon dans le sens indiqué par les flèches (dans le sens contraire de l'aiguille d'une montre).

Retirer le bouchon.

