

Foire aux questions pour les prestataires de services distribuant des suppléments de micronutriments multiples (SMM) aux femmes enceintes

Objectif

Utiliser cette fiche d'information pour conseiller les femmes enceintes pendant les soins prénatals et pour guider votre programme afin d'assurer que les femmes enceintes mal desservies aient accès aux SMM.

1. Que sont les suppléments de micronutriments multiples (SMM) ?



- Les suppléments de micronutriments multiples (SMM) sont un complément nutritionnel quotidien de vitamines et de minéraux.
- Les micronutriments, souvent appelés vitamines et minéraux, 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.

2. Que sont les SMM ?

- Chaque supplément de SMM contient 15 vitamines et minéraux essentiels (micronutriments) pour répondre aux besoins nutritionnels accrus d'une femme pendant la grossesse.
- Les SMM sont formulés selon la formule UNIMMAP (United Nations International Multiple Micronutrient Antenatal Preparation) et contiennent les 15 micronutriments suivants : vitamines A, C, D, E, B1 (thiamine), B2 (riboflavine), B3 (niacine), B6, B12 et acide folique, ainsi que les minéraux fer (Fe), zinc (Zn), cuivre (Cu), iode (I) et sélénium (Se).
- Voir les faits sur les suppléments pour plus de détails sur les ingrédients.

3. Les SMM sont-ils différents du fer et de l'acide folique (FAF) ?

Oui, les SMM contiennent 15 micronutriments différents, dont le fer et l'acide folique, tandis que le FAF ne contient que 2 micronutriments (fer et acide folique).

Comme le FAF, les SMM réduisent le taux d'anémie maternelle. Cependant, les femmes sous-alimentées, c'est-à-dire anémiques et / ou en insuffisance pondérale pendant leur grossesse, bénéficient davantage des SMM.

Les évidences montrent que la prise de SMM pendant la grossesse apporte des améliorations supplémentaires des résultats de la naissance au-delà de celles fournies par le FAF. Les améliorations supplémentaires comprennent des réductions sur les domaines suivants :

- Insuffisance pondérale à la naissance (IPN)
- Petite taille pour l'âge gestationnel (SGA)
- Naissances prématurées (<37 semaines)
- Mortalité infantile à 6 mois
- Mortinaissances

Micronutriments dans les 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)

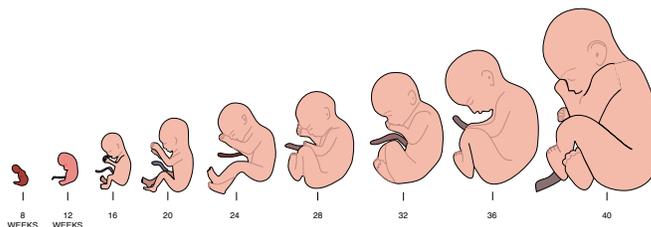
Micronutriments dans les FAF :

fer et acide folique

4. Comment les femmes, les enfants à naître et les nourrissons peuvent-ils bénéficier des SMM ?

Les femmes enceintes ont un besoin accru de vitamines et de minéraux tout au long de la grossesse, besoin qui ne peut souvent pas être satisfait par l'alimentation seule. La fourniture de SMM pendant la grossesse peut aider à répondre à ces besoins nutritionnels accrus. Les vitamines et les minéraux, comme ceux que l'on trouve dans les SMM, peuvent aider à :

- réduire l'anémie maternelle, la cécité nocturne et d'autres symptômes causés par des carences en vitamines et minéraux ; et
- réduire le risque d'insuffisance pondérale à la naissance (IPN), de petite taille pour l'âge gestationnel (SGA), de naissance prématurée, de mortinaissance et de mortalité infantile.



5. Les SMM sont-ils un médicament pour la fertilité ?

Non. Alors que les femmes qui tentent de concevoir un enfant peuvent bénéficier d'une meilleure nutrition, les SMM ne sont pas un médicament de fertilité. Conseiller aux femmes de consulter un médecin pour obtenir des conseils sur la fertilité.

6. Les SMM sont-ils une pilule contraceptive (planification familiale) ?

Non. Les SMM ne sont pas une pilule contraceptive et ne peuvent pas être utilisés pour la planification familiale.

7. Les femmes peuvent-elles prendre des SMM après la grossesse ?

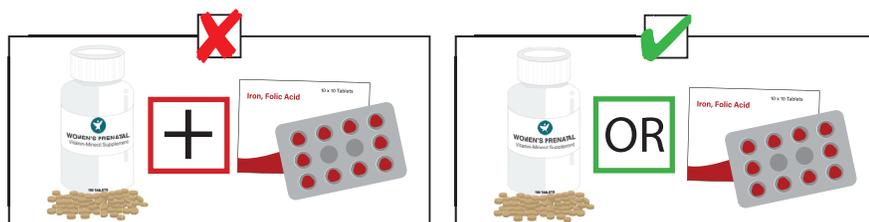
Les SMM sont formulés pour répondre aux besoins des femmes enceintes. Toutefois, s'il reste des SMM après la grossesse, prendre les suppléments restants pendant la période post-partum et/ou pendant l'allaitement. L'allaitement maternel exclusif doit être pratiqué de la naissance à l'âge de 6 mois. Ensuite, il faut introduire des aliments complémentaires (solides) sûrs et adéquats sur le plan nutritionnel à 6 mois, tout en poursuivant l'allaitement jusqu'à l'âge de 2 ans ou au-delà.



8. Pourquoi les SMM ne contiennent-ils que 30 mg de fer alors que le FAF en contient généralement 60 mg ?

- Les Recommandations de l'OMS concernant les soins prénatals pour que la grossesse soit une expérience positive (2016) recommandent 30 à 60 mg / jour de supplémentation en fer pour prévenir l'anémie maternelle.
- L'anémie maternelle peut être évitée en prenant des SMM avec 30 mg de fer par jour pendant la grossesse.
- Certaines des vitamines et minéraux inclus dans la Préparation internationale de l'ONU pour les micronutriments multiples (UNIMMAP) des SMM améliorent l'absorption du fer, de sorte qu'il ne faut pas autant de fer pour obtenir une diminution de l'anémie

9. Une femme enceinte peut-elle prendre du FAF et des SMM ensemble ?



Non. Pour des raisons de prévention, il n'est pas conseillé à une femme enceinte de prendre des SMM et du FAF en même temps ou le même jour. Cela peut entraîner un apport en fer de 90 mg/jour, ce qui peut provoquer des effets secondaires tels que constipation, vomissements, nausées et diarrhées.

**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.*

10. Qui peut bénéficier des SMM ?

✓ Les femmes enceintes, le plus tôt possible pendant la grossesse

Critères d'exclusion :

- ✗ 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



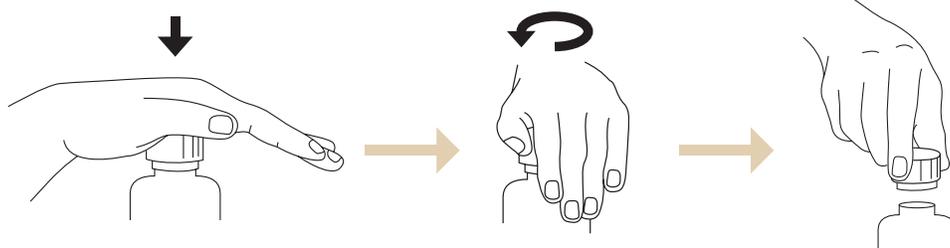
11. Comment les SMM doivent-ils être distribués ?

Les prestataires de services doivent savoir comment administrer les SMM aux femmes enceintes :

- Donner à chaque femme enceinte un flacon contenant 180 SMM à prendre 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.
- Encourager les femmes à prendre un SMM par jour pendant la grossesse jusqu'à ce que le flacon soit vide (par exemple, elles peuvent en prendre pendant l'allaitement).
- 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 ouvrir les flacons avec sécurité enfant :



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.

12. Comment stocker les SMM en toute sécurité ?

Le stockage :

- 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.

13. Comment les femmes devraient-elles prendre les SMM ?

- Prendre 1 (un) SMM par jour pendant la grossesse.
- Les femmes doivent commencer à prendre les SMM dès qu'elles savent qu'elles sont enceintes.
- Prendre le SMM la nuit et / ou avec de la nourriture et de l'eau peut aider à réduire les effets secondaires.
- S'il reste des SMM dans le flacon après la grossesse, prendre les suppléments restants pendant la période post-partum et / ou pendant l'allaitement.

À quelle fréquence :



Prendre un - et un seul - SMM chaque jour jusqu'à ce que le flacon soit vide.

14. Quels sont les effets secondaires possibles des SMM ?

Lorsqu'ils sont pris selon les instructions, les SMM ne devraient pas provoquer d'effets secondaires graves ; cependant, certaines femmes souffrent de troubles gastriques (c'est-à-dire de nausées, de vomissements et de diarrhées), de constipation, de maux de tête ou d'un goût inhabituel ou désagréable dans la bouche après avoir pris des SMM. Ces effets secondaires sont souvent temporaires et disparaissent au fur et à mesure que l'organisme s'adapte au médicament.

La prise de SMM avec des liquides, de la nourriture ou avant de se coucher peut réduire les effets secondaires. Toutefois, si les symptômes persistent, la femme enceinte doit en parler avec son spécialiste de soins prénatals.

15. La femme enceinte peut-elle continuer à prendre des SMM si elle a omis de les prendre pendant quelques jours ?

Oui, mais si une femme oublie un jour, elle ne doit pas prendre deux suppléments le jour suivant. Au lieu de cela, elle doit prendre juste 1 par jour comme d'habitude. Le SMM doit être pris tous les jours, mais un seul par jour.



16. La prise de SMM peut-elle conduire à l'accouchement de "gros bébés" qui sont grands pour leur âge gestationnel ?

Les SMM favorisent une croissance et un développement optimal du fœtus. Les femmes qui ont souffert de retard de croissance (rapport poids / âge gestationnel) 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 :



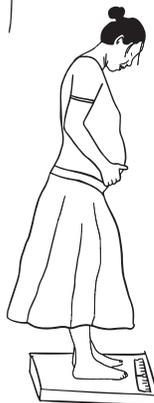
Se rendre
aux consultations
prénatales
régulièrement



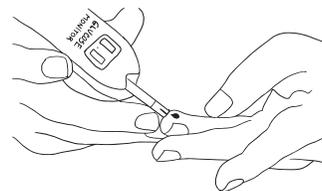
Avoir une alimentation
saine



Inclure l'activité
physique dans la
routine quotidienne

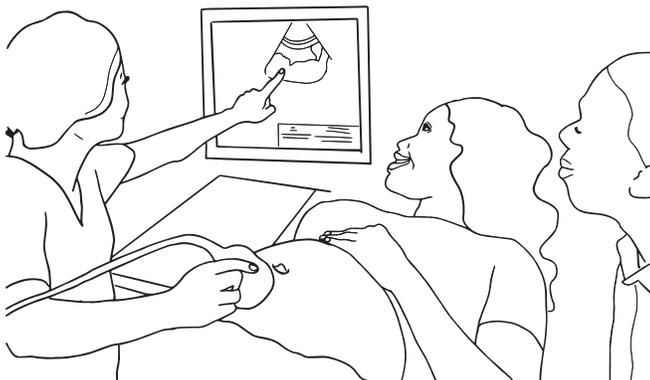


Surveiller son
poids pendant la
grossesse



Se faire dépister pour
le diabète, y compris le
diabète gestationnel

17. Les femmes enceintes doivent-elles continuer à recourir aux services de soins prénatals (CPN) pendant qu'elles prennent des SMM ?



Oui. Toutes les femmes enceintes doivent continuer à se rendre aux services de soins prénatals (CPN), même si elles prennent les SMM. En plus des SMM, il est très important se rendre régulièrement aux services de soins prénatals fournis par un professionnel de la santé.

18. Comment puis-je encourager les femmes enceintes à prendre le SMM chaque jour ?

- Demander à la femme de répéter les instructions pour s'assurer qu'elle comprend ou poser des questions pour vérifier sa compréhension.
- Rappeler à la femme de ne pas partager les SMM avec ses amis ou sa famille car ils sont spécialement formulés pour les femmes enceintes et sont importants pour le bébé en pleine croissance. Stocker les SMM dans un endroit sûr, hors de portée des enfants.
- Pour que les SMM fassent de l'effet, prendre un comprimé chaque jour. Discuter de stratégies pour aider la femme à se souvenir de prendre les SMM tous les jours. Voici quelques conseils :
 - ☑ 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 la famille ou à vos amis de vous aider à vous rappeler.
- Si une femme oublie un jour de prendre le SMM, ne pas prendre deux SMM le lendemain ; continuer simplement à en prendre un par jour comme d'habitude.
- Demander à la femme si elle a des inquiétudes concernant les SMM ou s'il y a une raison pour laquelle elle pourrait ne pas les prendre. Si tel est le cas, répondre à ses questions et à ses préoccupations.

Références :

Micronutrients; Macro Impact, the Story of Vitamins and a Hungry World – Sight and Life

https://issuu.com/sight_and_life/docs/micronutrients_macro_impact

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

Keats EC, Haider BA, TamE, 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

Filomena Gomes, et al, Setting research priorities on multiple micronutrient supplementation in pregnancy, Annals of the New York Academy of Sciences, (2019). <https://nyaspubs.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/nyas.14088>

[SMM - FAQs, Vitamin Angels - New York Academy of Sciences, https://www.nyas.org/media/18537/faq.pdf](https://www.nyas.org/media/18537/faq.pdf)

Nutrition International, Lessons from iron and folic acid supplementation and their application to potential calcium supplementation initiative, <https://www.nutritionintl.org/calciumproject/ifa.html>

[Jeannine Baumgartner, Antenatal Multiple Micronutrient Supplementation: benefits beyond iron-folic acid alone, The Lancet Global Health, VOLUME 5, ISSUE 11, PE1050-E1051, NOVEMBER 01, 2017 https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S2214-109X%2817%2930389-3](https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S2214-109X%2817%2930389-3)

<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/250796/9789241549912-eng.pdf?sequence=1>