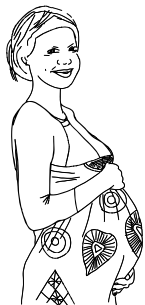


# Kesyon ak Repons pou founisè sèvis kap distribye Miltivitamin Prenatal (MVP) pou fanm ansent

## Objektif

Itilize fèy enfòmasyon saa pouw konseye fanm ansent yo pandan nap bay swen prenatal epi pouw ede pwogram ou an fasilite fanm ansent yo pou yo jwenn aksè a Miltivitamin Prenatal.

## 1. Kisa Miltivitamin Prenatal yo ye?



- Miltivitamin Prenatal (MVP) yo se sipleman nitrisyonèl ke w pran chak jou ki gen vitamin ak mineral.
- Mikwonitriman yo, ke nou souvan rele vitamin ak mineral, yo trèzenpòtan pou yon bon devlopman ansante, prevansyon maladi ak byennèt. Kwake se yon ti kras kantite ki nesèsè, kò a pa fè mikwonitriman, se nan sa w manje ak sipleman ke wap jwenn yo.

## 2. Kisa ki nan Miltivitamin Prenatal yo?

- Chak grenn Miltivitamin Prenatal genyen 15 vitamin ak mineral (mikwonitriman) ki sifi pou satisfè demand nitrisyonèl fanm yo ki vin pi elve pandan gwosès la.
- Yo fè Miltivitamin Prenatal yo gras ak fòmil UNIMMAP (United Nations International Multiple Micronutrient Antenatal Preparation) la epi yo genyen 15 mikwonitriman sila yo: vitamin A, C, D, E, B1 (tyamin), B2 (riboflavin), B3 (nyasin), B6, B12 ak asid folik ansanm ak mineral sa yo fè (Fe), zen (Zn), kwiv (Cu), yòd (I) ak selenyòm (Se).
- Al gade Enfòmasyon sou Sipleman yo pou plis detay konsènan engredyan yo.

## 3. Eske Miltivitamin Prenatal yo diferan de Fè ak Asid Folik (FAF)?

Wi, Miltivitamin Prenatal genyen 15 mikwonitriman diferan, ladan yo fè ak asid folik, alòske FAF genyen sèlman 2 mikwonitriman (fè ak asid folik).

Menm jan ak FAF, Miltivitamin Prenatal redwi anemi matènèl. Epi tou, fanm ki malnouri yo, sa vle di sila ki fè anemi oubyen ki piti anpil pandan yo gwosès la, yo ap jwenn plis benefis nan Miltivitamin Prenatal yo.

Etid yo montre ke pran Miltivitamin Prenatal pandan ou ansent ap ba w plis benefis pou yon bonjan kouch, pi plis ke sa FAF ta kap bay. Benefis anplis yo genyen ladan yo diminisyon eleman sila yo:

- Tibebe a fèt avèk yon pwa ki fèb
- Tibebe a fèt twò piti pou laj li
- Tibebe a fèt avan lè (avan 37 semèn)
- Mòtalite kay timoun ki poko gen 6 mwa
- Tibebe ki fèt tou mouri

### Mikwonitriman ki nan Miltivitamin Prenatal yo:

fè (Fe), asid folik, vitamin A, vitamin C, vitamin D, vitamin E, vitamin B1 (tyamin), vitamin B2 (riboflavin), vitamin B3 (nyasin), vitamin B6, vitamin B12, zen (Zn), kwiv (Cu), yòd (I) ak selenyòm (Se)

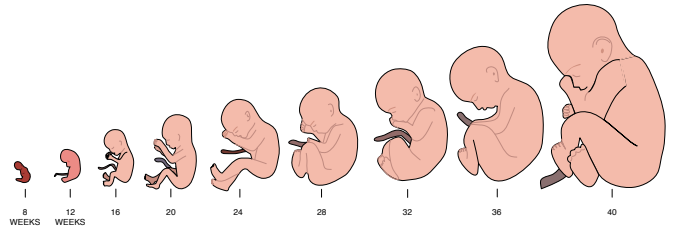
### Mikwonitriman ki nan FAF:

Fè ak asid folik

## 4. Kòman fanm, timoun ki poko fèt ak tibebe yo kapab benefisye de Miltivitamin Prenatal yo?

Fanm ansent gen plis bezwen vitamin ak sibstans mineral yo pandan gwosès yo, yo pap ka jwenn bagay sa yo nan manje sèlman. Lè w bay fanm ansent Miltivitamin Prenatal sa ap ede l reponn a bezwen sa yo ki vin ogmante. Vitamin ak sibstans mineral yo, tankou sa nou jwenn nan Miltivitamin Prenatal, kapab ede:

- Redwi anemi matènèl, pa wè byen nan nwit ansanm ak lòt sentom lè moun manke vitamin ak sibstans mineral
- Redwi risk pou timoun lan fèt avèk yon pwa ki fèb, twò piti pou laj li, fèt anvan lè, fèt tou mouri epi mouri bonè aprè li fin fèt.



## 5. Eske Miltivitamin Prenatal yo se grenn pou fè pitit?

Non. Fanm ki ap chèche mwayen pou yo fè pitit kapab jwenn anpil benefis nan yon bonjan nitrisyon, Miltivitamin Prenatal pa yon grenn pou fè pitit. Konseye fanm ki bezwen konsèy sou zafè fè pitit pou yo al wè yon doktè.

## 6. Eske Miltivitamin Prenatal yo se grenn planin?

Non. Miltivitamin Prenatal yo pa grenn planin, ou paka itilize yo pou planin famiyal.

## 7. Eske ou ka pran Miltivitamin Prenatal aprè ou fin akouche?

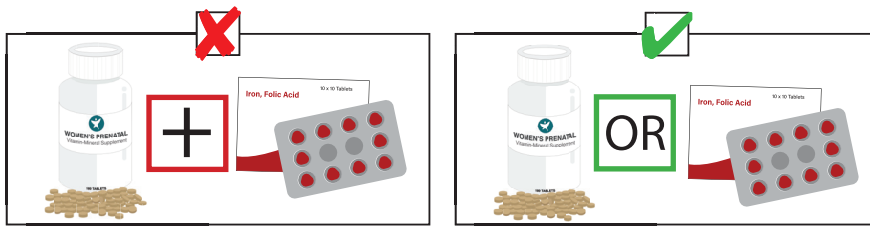
Yo fè Miltivitamin Prenatal yo pou fanm ansent. Men, si gen Miltivitamin Prenatal ki rete aprè ou fin akouche, ou ka pran rès grenn ki rete yo aprè akouchman oubyen pandan wap bay tete. Ou ta sipoze bay tete sèlman depi lè timoun lan fèt jiskaske l gen 6 mwa. Epi apres a, kòmanse bay manje (solid) ki nitritif e ki san danje lè timoun lan gen 6 mwa pandan wap kontinye bal tete jiskaske l gen 2 zan oubyen plis.



## 8. Poukisa Miltivitamin Prenatal genyen sèlman 30 mg fè ladanl alòske Fè ak Asid Folik gen 60mg?

- Direktiv sou swen prenatal ke OMS fè soti yo pou yon bonjan gwosès (2016) rekòmande 30-60 mg siplemantasyon fè pa jou pou evite anemi matènèl.
- Ou ka prevni anemi matènèl siw pran Miltivitamin Prenatal ki gen 30mg fè ladanl chak jou pandan ou ansent.
- Kèk nan vitamin ak mineral sa yo ki nan fòmilasyon Miltivitamin Prenatal UNIMMAP la ogmante absòbsyon fè a, sa ki fè ke ou pa bezwen anpil fè pou evite anemi an.

## 9. Eske yon fanm ansent ka pran Fè ak Asid Folik ansanm ak Miltivitamin Prenatal anmenmtan?



Non. Nan sa ki konsène prevansyon, li pa konseye pou yon fanm ansent pran Miltivitamin Prenatal ansanm ak Fè ak Asid Folik anmenmtan oubyen nan menm jou a. Siw fè sa, sa ap vin fè kew pran 90mg fè nan yon jounen e sa kapab koze efè segondè tankou konstipasyon, vomisman, anvi vomi ak dyare.

\*Nan ka kote fanm lan gen anemi sevè pandan gwosès la (jan otorite lokal you defini sa), se yon pwofesyonèl lasante ki ta dwe detèmine koz yo ansanm ak tretman ki apwopriye a.

## 10. Kiyès ki elijib pou pran Miltivitamin Prenatal?

✓ Fanm ansent yo, byen bonè depi yo ansent

### Kritè Eksklizyon:

- ✗ Gason, timoun ak fanm ki pa ansent
- ✗ Fanm ansent ki deja ap pran Fè ak Asid Folik nan sant sante bò lakay yo oubyen nan yon pòs rasanbleman



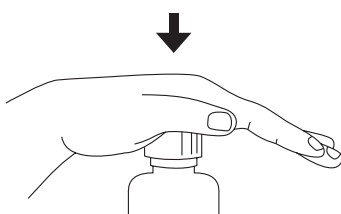
## 11. Kòman ou ta dwe distribye Miltivitamin Prenatal yo?

### Ajan lasante yo dwe konnen kòman pou yo bay fanm ansent yo Miltivitamin Prenatal:

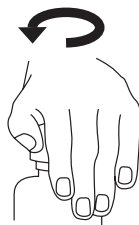
- Bay chak fanm ansent yon boutèy ki genyen 180 grenn Miltivitamin Prenatal pou yo bwè pandan yo ansent lan. Se pouw kenbe grenn Miltivitamin Prenatal yo nan boutèy kote yo vini an pou yo ka rete an sekirite epi pa degrade.
- Ankouraje fanm yo pou yo pran yon grenn Miltivitamin Prenatal chak jou pandan yo ansent lan jiskaske boutèy la fin vid (pa egzanp li ka kontinye pran l pandan lap bay tete).
- Di fanm yo ke yo dwe mete grenn yo yon kote ki ansekirite, pale yo de efè segondè yo ak prekosyon ke yo dwe pran epi montre yo kijan pou yo louvri bouchon boutèy la, bouchon an fèt yon jan pou timoun paka louvri l.



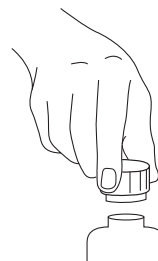
### Kòman pou w louvri bouchon boutèy la:



Peze plan men ou sou bouchon an.



Vire bouchon an nan sans flèch yo montre a.



Retire bouchon an.

## 12. Kote ou ta dwe mete grenn Miltivitamin Prenatal yo pou yo an sekirite?

### Kote pou w mete yo:

- Mete grenn Miltivitamin Prenatal yo yon kote ki pa fè frèt, ki sèk, ki gen yon tanperati ki ant 15° C a 30° C.
- Kenbe boutèy la byen fèmèn epi kote pou timoun paka jwenn li.

## 13. Kòman fanm yo ta dwe pran Miltivitamin Prenatal yo?

### Chak kilè:

- Pran yon (1) Miltivitamin Prenatal chak jou pandan tout dire gwosès la.
- Fanm yo ta dwe kòmanse pran Miltivitamin Prenatal yo yon fwa ke yo konnen ke yo ansent.
- Lè w pran Miltivitamin Prenatal nan aswè oubyen ansanm ak manje epi dlo, sa kapab diminye efè segondè yo.
- Si gen Miltivitamin Prenatal ki rete nan boutèy la aprè ou fin akouche, ou ka pran rès grenn yo aprè akouchman oubyen pandan wap bay timoun lan tete.



Pran yon - yon sèl -  
Miltivitamin Prenatal chak jou  
jiskaske boutèy la fini.

## 14. Ki efè segondè Miltivitamin Prenatal yo?

Lè w pran yo jan pou w pran yo a, ou pa ta dwe gen gwo efè segondè lè wap pran Miltivitamin Prenatal yo; men, gen kèk fanm ke sa bay ti pwoblèm nan lestomak (sa vle di anvi vomi, vomisman epi dyare), konstipasyon, tèt fè mal oubyen yon move gou nan bouch lè yo fin pran Miltivitamin Prenatal la. Jeneralman efè segondè sa yo pa rete, yap ale lè kò a fin abitye ak grenn lan.

Lè w pran Miltivitamin Prenatal ansanm ak likid, manje oubyen lè w pral dòmi, sa ka diminye efè segondè yo. Konsa tou, si sentom yo pa ale, fanm ansent lan ta dwe pale sa ak yon espesyalis swen prenatal.

## 15. Eske fanm ansent lan ka kontinye pran Miltivitamin Prenatal yo si li bliye pran yo yon jou?

Wi, men si yon fanm ta bliye pran grenn yo yon jou, li **pa**ta dwe pran 2 grenn nan jou kap vini an pou sa. Okontrè, li dwe kontinye pran 1 grenn pa jou menm jan l konn abitye fè l la. Ou dwe pran Miltivitamin Prenatal yo chak jou men sèlman 1 grenn pa jou.



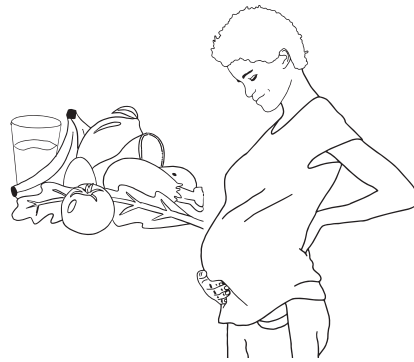
## 16. Eske lè wap pran Miltivitamin Prenatal yo sa ka fè bebe a gwosi epi vin two gwo pou laj li?

Miltivitamin Prenatal yo ede timoun nan vant manman an byen grandi epi devlope. Yo dwe suiv trè prè pandan gwosès la fanm ki kout yo (sa vle di ki rachitik yo epi ki twò kout pou laj yo) e ba yo bonjan swen obstetrikal pou asire ke yo akouche san pwoblèm.

Pou asire w ke gwosès la pase san pwoblèm, konseye medam yo pou yo:



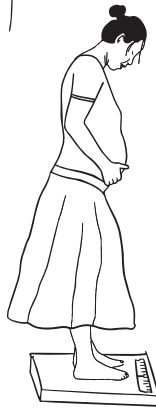
Ale regilyèman nan randevou prenatal yo



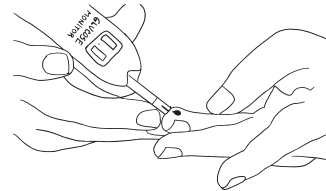
Manje bagay ki nitritif



Fè aktivite fizik

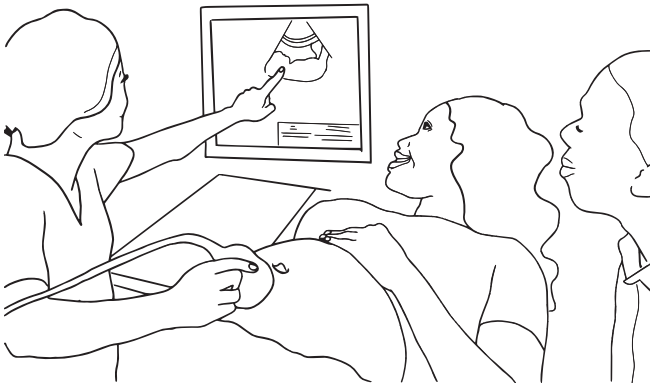


Suiv pwa yo pandan yo ansent lan



Siveye dyabèt pa egzanp dyabèt jestasyonèl

## 17. Eske yon fanm ansent ta sipoze kontinye ale nan vizit prenatal pandan lap pran Miltivitamin Prenatal yo?



Wi. Tout fanm ansent ta dwe kontinye ale nan vizit prenatal menm lè yap pran Miltivitamin Prenatal. Anplis de Miltivitamin Prenatal yo, li trèzenpòtan pou ou resevwa bonjan swen nan men yon ajan lasante.

## 18. Kòman m ka ankouraje yon fanm ansent pou li pran Miltivitamin Prenatal yo?

- Mande fanm lan pou li repete enstriksyon yo pou ou asire ou ke li konprann oubyen poze l kesyon pou w asire w ke l konprann.
- Raple fanm lan pou li pa pataje Miltivitamin Prenatal yo ak zanmi oubyen fanmiy paske yo fè yo espesyalman pou fanm ansent e yo enpòtan anpil pou timoun kap grandi a. Kenbe Miltivitamin Prenatal yo yon kote ki an sekirite, kote timoun pa ka jwenn yo.
- Pou Miltivitamin Prenatal yo ka mache pi byen, pran youn chak jou pandan gwosès la. Diskite de estrateji ki ka ede fanm lan sonje pran Miltivitamin Prenatal yo chak jou. Men kèk lide:
  - ☑ Pran Miltivitamin Prenatal yo nan menm lè chak jou, aprè ou fin manje (sa ap ede w abitye ak yo men tou se pa sa sèlman kap fè Miltivitamin Prenatal yo mache).
  - ☑ Itilize alam oubyen yon lòt bagay ki pou raple w pran Miltivitamin Prenatal yo chak jou.
  - ☑ Kenbe boutèy la yon kote ke w ka wè l chak jou, men yon kote timoun paka jwenn li.
  - ☑ Mande fanmiy oubyen zanmi pou yo ede w sonje.
- Si yon fanm ta bliye yon jou, pinga w pran 2 Miltivitamin Prenatal nan jou kap vini an; jis kontinye pran nòmman yon grenn pa jou.
- Mande fanm lan si li gen pwoblèm ak Miltivitamin Prenatal yo oubyen si gen yon rezon ki ta fè ke li pata dwe pran yo. Si wi, eseye reponn a kesyon oubyen enkyetid ke l ta genyen.

## Referans:

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

[https://issuu.com/sight\\_and\\_life/docs/micronutriens\\_macro\\_impact](https://issuu.com/sight_and_life/docs/micronutriens_macro_impact)

Smith ER et al. Modifiers of the effect of maternal multiple micronutrient supplementation on stillbirth, birth outcomes, and infant mortality: a meta-analysis of individual patient data from 17 randomised trials in low-income and middle-income countries. *The Lancet Global Health*, 2017, Vol 5, Issue 11, e1090 - e1100

Keats EC, Haider BA, TamE, Bhutta ZA. Multiple-micronutrient supplementation for women during pregnancy. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2019, Issue 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>

MMS - FAQs, Vitamin Angels - New York Academy of Sciences, <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>

WHO. WHO recommendations on antenatal care for a positive pregnancy experience, 2016.

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