



# Améliorer la nutrition maternelle et infantile

L'initiation précoce d'une bonne nutrition est le fondement d'une vie saine et productive à l'âge adulte. Les enfants qui reçoivent de l'énergie et des nutriments adéquats au cours des deux premières années de leur vie sont plus susceptibles d'être en meilleure santé et d'avoir de bons résultats scolaires.

Sans une nutrition appropriée, les enfants souffrent de conséquences dévastatrices. La malnutrition conduit à des maladies infantiles plus graves, à un retard de croissance physique et mentale et à la mort. De nombreux enfants dénutris sont trop fragiles pour survivre, même aux maladies les plus courantes telles que la diarrhée. En effet chaque année dans les pays pauvres, la malnutrition est une cause sous-jacente du décès de plus d'un enfant sur trois et contribue fortement à la charge des maladies dans le monde.

## Sauver des vies grâce à des interventions rapides

Il est essentiel d'agir rapidement, avant que l'enfant ne souffre des dommages irréversibles dus à la malnutrition. Il est possible de sauver de nombreuses vies grâce à des mesures peu coûteuses visant à améliorer la nutrition au cours des premières années de vie. Les interventions qui commencent au cours de la grossesse et se poursuivent jusqu'à la fin de la deuxième année de vie de l'enfant sont les plus susceptibles de prévenir des effets dévastateurs de la malnutrition.

Le Projet de nutrition des nourrissons et des jeunes enfants (IYCN) travaille dans le monde entier, avec des activités en Afrique, en Asie, en Amérique latine et aux Caraïbes, en vue d'empêcher la malnutrition et de donner aux enfants une chance d'avoir une vie saine et productive. Nous cherchons à utiliser la nutrition des mères, des nourrissons et des jeunes

enfants comme un instrument pour améliorer l'impact des programmes de santé en général. L'amélioration des pratiques de nutrition peut réduire la malnutrition qui contribue tant à la morbidité qu'à la mortalité des nourrissons et des jeunes enfants dans les pays en développement.

## Promouvoir des pratiques de nutrition optimales

L'approche du projet IYCN se fonde sur les recommandations internationales relatives aux pratiques de nutrition optimales qui améliorent les résultats en matière de santé et sauvent des vies. Nous aidons les communautés, les familles et les pays à utiliser les pratiques de nutrition optimales suivantes :

### Pratiques de nutrition maternelle optimales

La possibilité d'avoir une vie saine s'ouvre au cours de la grossesse, lorsque l'enfant dépend de sa mère pour obtenir l'énergie, les protéines, les matières grasses et les micronutriments essentiels. Nous aidons les mères à augmenter la qualité, la quantité et la diversité de leur alimentation et à promouvoir l'utilisation de micronutriments le cas échéant au cours de la grossesse et de l'allaitement.

### Pratiques d'allaitement optimales

L'un des meilleurs moyens de prévenir les conséquences de la malnutrition consiste à veiller à ce que les mères et les familles comprennent les bonnes pratiques d'allaitement et puissent les suivre. Le lait maternel est l'aliment idéal pour les bébés. Il contient tous les nutriments et anticorps dont un bébé a besoin pour bien se développer au cours des six premiers mois de sa vie. Par ailleurs, il est sain, hygiénique, facilement disponible et gratuit. C'est pour cette raison que les mères devraient allaiter exclusivement pendant

cette période – sans ajouter aucun autre aliment ni liquide, y compris de l'eau. Nous encourageons l'allaitement exclusif et d'autres bonnes pratiques d'allaitement.

### Pratiques optimales d'alimentation complémentaire

Lorsqu'il a entre 6 et 24 mois, l'enfant a besoin d'aliments de complément en plus du lait maternel afin d'assurer la poursuite de sa croissance et de son bon développement. Nous encourageons les mères à donner à leurs enfants des aliments de complément de bonne qualité, en quantité suffisante, préparés dans des conditions hygiéniques et à alimenter les enfants de façon interactive afin de répondre à leurs besoins nutritionnels.

### Meilleure alimentation des nourrissons pendant et après une maladie

Nous encourageons également une meilleure nutrition pour les nourrissons pendant ou après une maladie – lorsque les enfants ont besoin de lait maternel, d'aliments et de liquides supplémentaires en fonction de leur âge. Nous aidons les mères à éviter la survenue d'une déshydratation et d'une perte de poids lorsque les enfants sont malades, et à s'assurer qu'ils s'alimentent et reprennent du poids après une maladie.

### Pratiques d'alimentation sûres pour les nourrissons affectés par le VIH/SIDA

Les enfants nés de mères séropositives au VIH ont des besoins nutritionnels particuliers. Nous donnons des conseils nutritionnels conformes aux recommandations internationales en vue de garantir des pratiques d'alimentation optimales et sûres, de réduire le risque de transmission du VIH de la mère à l'enfant et de promouvoir la survie sans VIH. Nous aidons les mères séropositives à prendre les décisions les plus appropriées concernant l'alimentation de leurs enfants.

### Prévenir la malnutrition par le biais d'efforts nationaux et communautaires

En dépit des avantages que présentent de bonnes pratiques de nutrition qui sauvent des vies et contribuent à prévenir la transmission du VIH, de nombreuses communautés n'en sont pas conscientes et n'ont pas accès à des programmes qui peuvent les aider. Les mères et les familles ont un besoin

urgent de conseils et autre soutien pour surmonter les obstacles à l'utilisation de bonnes pratiques de nutrition.

Nous abordons ce besoin en apportant une assistance technique aux pays par l'augmentation d'interventions de nutrition éprouvées et rentables. Nos activités sur mesure par pays englobent l'évaluation des besoins, l'amélioration des politiques nationales de nutrition, le renforcement des capacités et la formation, ainsi que la communication pour le changement de comportements et la mobilisation sociale. Nous constituons également une autorité mondiale en matière de programmes de nutrition en identifiant et en partageant les bonnes pratiques en vue de renforcer l'impact des programmes de nutrition des mères, des nourrissons et des jeunes enfants au niveau international.

#### AMÉLIORER LES PRATIQUES DES FOURNISSEURS DE SOINS

Les travailleurs de la santé bénévoles, comme Mamorena Namane, approchent les familles. Mamorena est originaire de la campagne du Lesotho, un pays d'Afrique australe où plus d'un tiers des enfants de moins de cinq ans ont un retard de croissance. Dans sa communauté, les mères reportent souvent qu'elles diffèrent l'allaitement jusqu'à ce que le cordon ombilical tombe – une pratique culturelle fréquente qui peut rendre les enfants vulnérables aux maladies. Lorsqu'elle attendait son deuxième enfant, Mamorena a participé à un atelier de formation du projet IYCN et a appris les avantages des bonnes pratiques d'allaitement. Son premier-né était souvent malade lorsqu'il était nourrisson, mais Mamorena a allaité son deuxième enfant immédiatement, et il est devenu un grand garçon plein de santé. Aujourd'hui, Mamorena parle avec d'autres femmes de sa communauté des pratiques optimales d'allaitement et les aide à surmonter les obstacles culturels, afin que leurs enfants aussi puissent être en bonne santé.

Pour en savoir plus sur le projet IYCN,  
visitez le site [www.iycn.org](http://www.iycn.org)

## À PROPOS DU PROJET DE NUTRITION DES NOURRISSONS ET DES JEUNES ENFANTS

Le Projet de nutrition des nourrissons et des jeunes enfants est financé par l'Agence des États-Unis pour le Développement International (USAID). Le projet est dirigé par PATH et rassemble trois partenaires : CARE, le Manoff Group et University Research Co., LLC. Pour de plus amples informations, veuillez contacter [info@iycn.org](mailto:info@iycn.org).