

Supplémentation Énergétique et Protéique Équilibrée Pendant la Grossesse : Fiche d'Information

Novembre 2024

FICHE D'INFORMATION

La supplémentation énergétique et protéique équilibrée (BEP) est une intervention **fondée sur des preuves visant à améliorer la nutrition des mères et des bébés**, en particulier dans les contextes d'insécurité alimentaire où l'accès à des régimes alimentaires sains et aux services de soins prénatals est limité.

Une nutrition adéquate pendant la grossesse est essentielle pour soutenir le fœtus en croissance, protéger la santé maternelle et réduire le risque de complications telles que les bébés nés trop petits ou avec un faible poids de naissance.

Fournir une supplémentation énergétique et protéique équilibrée (BEP) aux femmes enceintes offre un moyen sûr et efficace de fournir **de l'énergie et des nutriments supplémentaires** pour répondre aux besoins accrus de la grossesse^{1,2,3}. La supplémentation BEP est destinée à **compléter** le régime alimentaire habituel, elle **ne remplace pas** une alimentation saine et nutritive.

RECOMMANDATION DE L'ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ (OMS)

La supplémentation prénatale BEP devrait être fournie **aux femmes enceintes dans les populations sous alimentées** avec une prévalence $\geq 20\%$ de femmes en insuffisance pondérale (indice de masse corporelle [IMC] $< 18,5 \text{ kg/m}^2$)².

QU'EST-CE QUE LA SUPPLÉMENTATION BEP ?

La supplémentation BEP fait référence à **des compléments alimentaires ou des aliments** qui fournissent un **mélange équilibré de macronutriments**, principalement de l'énergie (calories) et des protéines (moins de 25 % de la teneur énergétique totale), adaptés pour répondre aux besoins nutritionnels accrus de la grossesse. Les suppléments BEP peuvent être **enrichis en micronutriments ou administrés avec des suppléments en micronutriments multiples** tels que les [UNIMMAP MMS](#).

Les spécifications des produits pour la supplémentation BEP peuvent varier, mais en 2017, [un rapport de consultation d'experts](#)³ a proposé les recommandations suivantes en matière de macronutriments et de micronutriments pour les suppléments BEP :



Micronutriments requis : vitamines A, D, E, K, B1, B2, B3, B6, folate, B12, C et minéraux fer, zinc, iode, calcium, phosphore, cuivre et sélénium.

Micronutriments optionnels : vitamine B5, manganèse, potassium, magnésium, biotine et choline.

PREUVES DES BÉNÉFICES

D'après les preuves utilisées par [les directives de l'OMS²](#) (la revue Cochrane par Ota et al., 2016), la supplémentation BEP, comparée à une supplémentation non BEP ou à un placebo, fournie aux femmes enceintes, a le potentiel de :



Améliorer le poids de naissance des nourrissons



Réduire le risque de mortinaissance



Réduire le risque que les nourrissons naissent trop petits

CONCLUSION

La supplémentation BEP est une intervention diététique fondée sur des preuves pour les femmes enceintes, en particulier dans les contextes où la sous-nutrition est courante. La mise en œuvre de la supplémentation BEP dans les programmes de soins prénatals garantit des grossesses plus saines, des poids de naissance plus sains pour les bébés et, par conséquent, pourrait améliorer la santé et le bien-être des mères. Avec des preuves croissantes de son impact, la supplémentation BEP est une intervention prometteuse pour aider les mères et les bébés à prospérer.

Ce document est sujet à des mises à jour au fur et à mesure que de nouvelles recherches et directives émergent.

Liens vers des ressources utiles

- [Healthy Mothers Healthy Babies Knowledge Hub](#)
- [Plan d'accélération de l'amélioration de la nutrition maternelle de l'UNICEF](#)
- [Revue de la supplémentation BEP pendant la grossesse](#)
- [Directives de l'OMS sur les soins prénatals](#)
- [Rapport de consultation d'experts](#)
- [Résultats de l'essai WINGS en Inde](#)
- [Résultats de l'essai MISAME-III au Burkina Faso](#)
- [Études de cas de l'USAID](#)

RÉFÉRENCES

1. Ota E, Hori H, Mori R, Tobe-Gai R, Farrar D. Antenatal dietary education, and supplementation to increase energy and protein intake [Éducation alimentaire prénatale et supplémentation pour augmenter l'apport en énergie et en protéines]. *Cochrane Database Syst Rev.* 2015; Jun 2 : (6) :CD000032. doi :10.1002/14651858.CD000032.pub3.
2. Recommandations de l'OMS concernant les soins prénatals pour que la grossesse soit une expérience positive [WHO recommendations on antenatal care for a positive pregnancy experience]. Genève : Organisation mondiale de la Santé ; 2017. Licence : CC BY-NC-SA 3.0 IGO.
3. Members of an Expert Consultation on Nutritious Food Supplements for Pregnant and Lactating Women. Framework and specifications for the nutritional composition of a food supplement for pregnant and lactating women (PLW) in undernourished and low-income settings [Cadre et spécifications pour la composition nutritionnelle d'un supplément alimentaire pour les femmes enceintes et allaitantes dans les contextes de sous-nutrition et de faible revenu.] Seattle, Washington: Bill & Melinda Gates Foundation; 2017.

À propos du HMHB

Le **consortium Healthy Mothers Healthy Babies (HMHB)**, hébergé par le [Micronutrient Forum](#), est un collectif grandissant de plus de 300 organisations et individus dédiés à l'amélioration de la nutrition maternelle. Nous travaillons en collaboration pour accélérer la disponibilité et l'utilisation efficace de MMS abordables et d'autres interventions nutritionnelles pendant la grossesse dans les pays à revenu faible et intermédiaire.

Le HMHB héberge également des groupes consultatifs techniques (TAG), notamment le [MMS TAG](#) et le [BEP TAG](#). Ces TAGs, composés d'experts en nutrition, santé maternelle et santé publique, interprètent les données probantes, combrent les lacunes en matière de connaissances et fournissent des recommandations pratiques de haute qualité aux gouvernements, ONG, fondations, organisations multilatérales et au secteur privé.

Visitez notre [site web](#) pour les dernières connaissances, preuves, orientations et outils sur la nutrition maternelle. Explorez notre [World Map sur la MMS](#), le [Knowledge Hub](#), le [Advocacy Resource Center](#), les courts métrages [Women's Voices](#) et les vidéos [Knowledge Byte](#). Rejoignez-nous pour renforcer la nutrition des femmes et bâtir des avenir prometteurs. [Devenez membre](#).



hmhbconsortium.org



HMHB@micronutrientforum.org



Micronutrient Forum



MNForum