

# Supplémentation en **VITAMINE**



## Cartes conseils

sur la promotion de la Supplémentation en Vitamine A  
dans les interventions de Routine

Supplémentation en  
**VITAMINE**







## 1 Qu'est-ce qu'est la Vitamine A ?

- La Vitamine A est une Vitamine Liposoluble (soluble dans de l'huile) que l'organisme ne peut pas produire.
- Elle est stockée dans le corps, principalement dans le foie et est libérée dans la circulation sanguine quand cela est nécessaire.
- Les besoins en Vitamine A varient selon l'âge, le sexe et l'état physiologique des individus.
- Du fait de leur croissance rapide, les enfants ont besoin d'un apport en Vitamine A pour renforcer leur immunité.

**Messages clés :** Pour couvrir les besoins en Vitamine A de mon enfant et assurer sa croissance et son bon développement je le supplémente dès 6 mois et tous les 6 mois jusqu'à 5 ans.





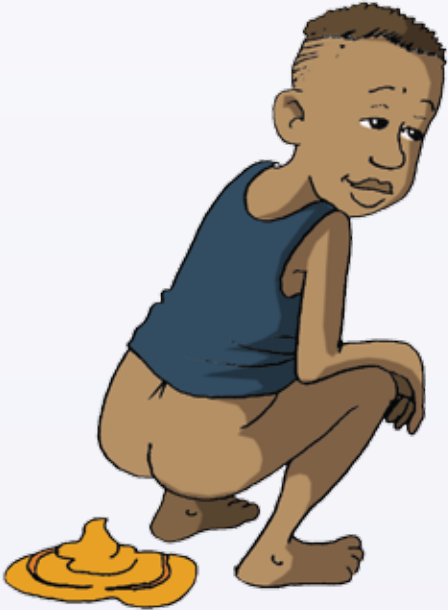
## 2 Avantages de la Vitamine A

*La vitamine A contribue au développement naturel et à la croissance de l'enfant. Elle possède de nombreux bienfaits aide l'enfant à bien grandir.*

*Elle,*

- rend les os plus solides et aide à traiter les affections cutanées.*
- améliore la vision et empêche également l'apparition d'une cécité crépusculaire.*
- permet de lutter contre les maladies comme : la diarrhée, la rougeole, le rhume ...*
- offre une faculté naturelle à lutter contre les infections bactériennes, virales et infections parasitaires.*

**Messages clés : Pour prévenir mon enfant des maladies respiratoires, oculaires et cutanées, je le supplémente dès 6 mois et tous les 6 mois jusqu'à 5ans ...**





### 3 La carence en Vitamine A

La consommation d'aliments riches en Vitamine A est un moyen de lutte contre la carence en Vitamine A.

La carence en vitamine A est dangereux chez l'enfant. Elle peut se manifester par divers signes:

- La cécité crépusculaire ("Mbem pèñ").
- La diarrhée.
- La rougeole.
- Un retard de croissance.
- Une immunité réduite.
- Un risque accru d'infections respiratoires

**Messages clés :** Pour protéger mon enfant contre les maladies graves je le supplémente en vitamine A dès 6 mois et tous les 6 mois jusqu'à 5 ans .





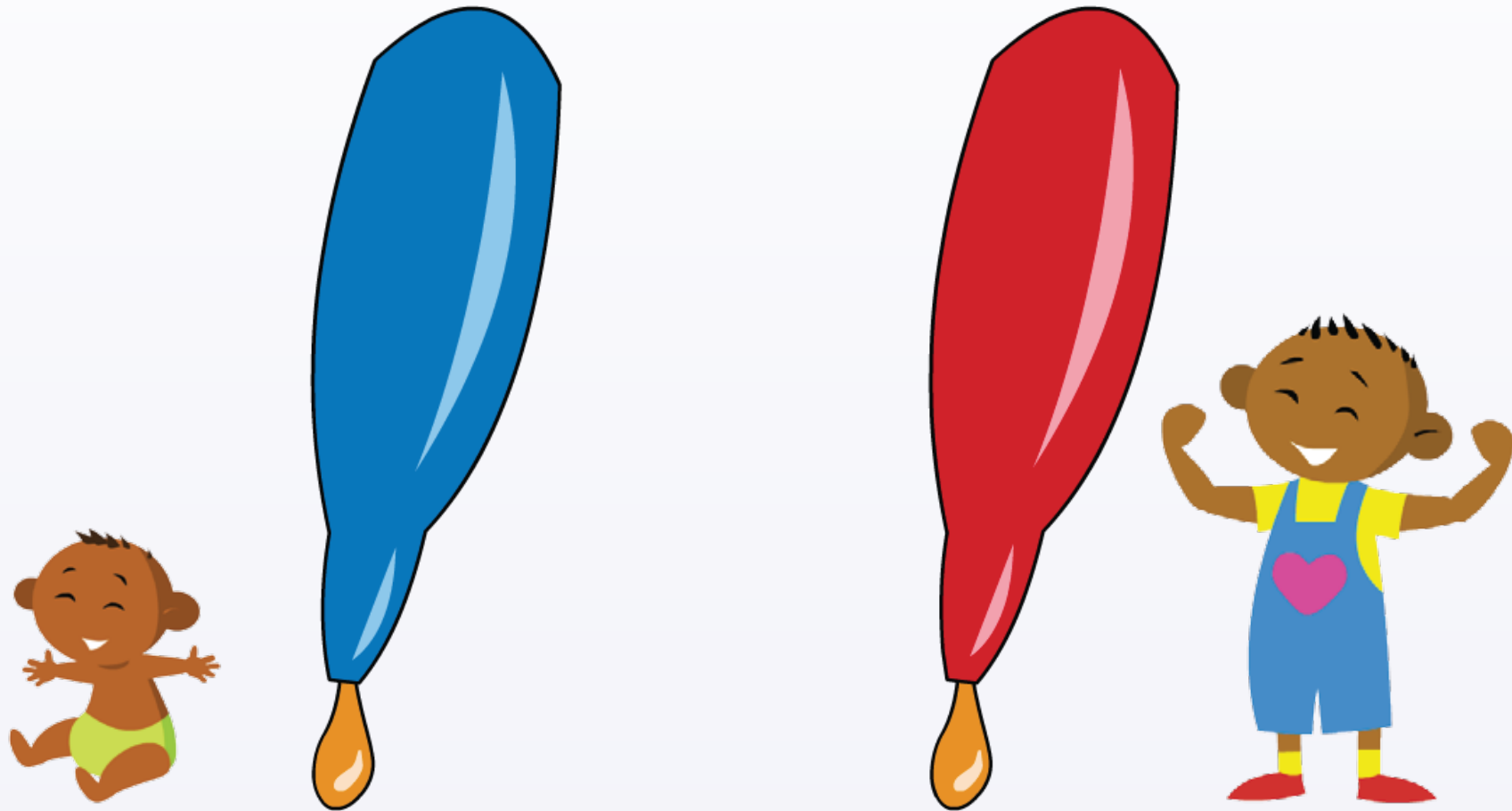


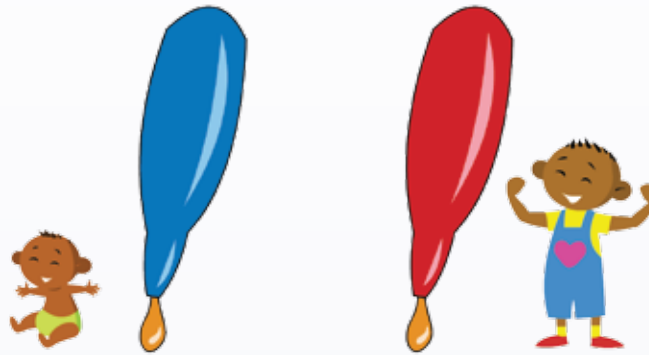
## 4 Aliments Riches en Vitamine A ?

La vitamine A est essentielle à la bonne santé de l'enfant. Elle se trouve dans :

- les aliments d'origine animale tels que l'huile de poisson, le foie, le lait, les œufs, le fromage,...
- les aliments d'origine végétale notamment les fruits et les légumes jaune-orangés sont riches en Vitamine A (patate douce à chair orange, mangue, carotte, papaye, tomates, nadio...)

**Messages clés :** Pour augmenter l'apport en Vitamine A de mon enfant, je lui donne fréquemment des aliments d'origine animale et végétale riches en Vitamine A.





## 5 Protocole d'administration de la Vitamine A chez l'enfant?

La supplémentation en Vitamine A cible aussi bien les enfants de 6-11 mois et ceux de 1-5ans. Il consiste à administrer à ces derniers dès 6 mois la Vitamine A en goutte contenue dans une capsule.

Cibles	Dose	Périodicité de la dose
Enfants âgés de 6 -11mois	100 000 UI	Tous les 6 mois
Enfants âgés de 1ans -5ans	200 000 UI	Tous les 6 mois

**Messages clés :** Pour assurer un apport en vitamine A de mon enfant, je le supplémente dès 6 mois et tous les 6 mois jusqu'à 5 ans.