

Nutrition au Bénin: Voici les meilleures sources de vitamines pour les enfants et les femmes

Le Bénin, riche en diversité culturelle et en ressources naturelles, abrite un trésor souvent sous-estimé : ses aliments nutritifs. Dans un pays où la malnutrition demeure un défi, il est essentiel de mettre en valeur les meilleures sources de vitamines essentielles pour les femmes et les enfants, des couches sensibles de notre société.



Voici un aperçu d'aliments régulièrement présents au Bénin

Le Moringa : Aussi connu sous le nom d'« arbre miracle », le moringa offre une gamme d'utilisations allant de la racine à la feuille. Riche en vitamines A et C, ainsi qu'en minéraux

tels que le calcium et le potassium, il combat diverses affections telles que le diabète, l'hypertension et les ulcères, tout en préservant les tissus des reins, du cœur et du foie. Cette superaliment se déguste en sauce, en infusion, incorporé à des boissons ou sous forme de préparations pour desserts ou smoothies.

Le Fonio: Traditionnellement cultivé et consommé en Afrique de l'Ouest, le fonio est une céréale appréciée pour son goût délicat. Sans gluten et bénéfique pour la santé, cette céréale résistante à la sécheresse est riche en fer, acides aminés, zinc, magnésium, vitamines B1 et B3, ainsi qu'en phosphore.

Le Pois Bambara: Cette légumineuse à grains, au goût rappelant celui de l'arachide, est une excellente source de protéines, de méthionine et de sélénium. Résistante et adaptée aux conditions de sécheresse, elle offre des rendements raisonnables même sur des sols peu fertiles, tout en favorisant la croissance de nouveaux vaisseaux sanguins et l'absorption du zinc.

Le Gombo: Véritable concentré de vitamines, minéraux et nutriments, le gombo est un précieux allié pour la santé. Il régule le cholestérol, favorise la satiété grâce à sa teneur élevée en fibres, renforce le système immunitaire et préserve la santé rénale, en particulier chez les personnes diabétiques. Riche en vitamines A, B et C, ainsi qu'en zinc, calcium et acide folique, il est recommandé pendant la grossesse.

Le Baobab: Symbole emblématique de l'Afrique, le baobab offre une multitude de bienfaits. Sa pulpe, connue sous le nom de « pain de singe », est réputée pour ses propriétés antidiarrhéiques, anti-inflammatoires et analgésiques, ainsi que pour sa richesse en calcium, vitamine C, potassium, phosphore et fer. Il constitue un aliment idéal pour prévenir la dénutrition chez les personnes âgées et est très apprécié des femmes enceintes pour ses nombreux micronutriments et

antioxydants.

La Patate douce, une culture omniprésente sur le continent, est une source riche en vitamine A, cruciale pour la santé oculaire des enfants et le bien-être des femmes enceintes.

Les Ignames: Riches en vitamine B6, les ignames sont un pilier de l'alimentation africaine, essentielles pour le développement neurologique des enfants.

Les Noix de cajou: En plus d'être une collation délicieuse, les noix de cajou fournissent de la vitamine K, bénéfique pour la coagulation sanguine et la santé osseuse.

Le Poisson : Les variétés riches en oméga-3 offrent une source importante de vitamine D, de calcium et de protéines, favorisant ainsi un développement sain chez les enfants.

Ces sources de vitamines essentielles témoignent de la richesse naturelle du Bénin et de son potentiel à nourrir ses populations de manière saine et équilibrée. En intégrant ces aliments nutritifs dans leur alimentation quotidienne, le Bénin peut faire un pas de géant vers une nutrition saine et durable. Le combat de plusieurs programmes et projets de développement dont le Projet CASCADE porté par l'ASCINB.

Megan Valère SOSSOU

**Prévention du paludisme :
arrivée des premières doses**

de vaccins au Bénin

Alors que le Cap-Vert célèbre sa certification officielle en tant que pays exempt de paludisme, le Bénin, de son côté, redouble d'efforts dans la lutte contre cette maladie. Le pays reçoit ses premières doses de vaccins contre le paludisme. Ces livraisons de vaccins antipaludiques destinés aux enfants de moins de deux ans dans les pays africains annoncent l'imminence de la vaccination à grande échelle contre le paludisme. Au total, 215 900 doses de vaccins antipaludiques RTS,S recommandés par l'OMS et achetés par l'UNICEF avec le soutien de Gavi, sont arrivées au Bénin ce lundi 15 janvier 2023.



La cérémonie officielle de réception a été présidée par le Ministre de la Santé du Bénin, Benjamin Hounkpatin et le Coordonnateur Résident des Nations Unies, en présence des chefs d'Agences de l'UNICEF et de l'OMS, ainsi que des responsables de l'Agence Nationale des Soins de Santé Primaires.

Le Ministre de la Santé, Benjamin Houknpatin, a indiqué : « La réception officielle des premières doses du vaccin contre le paludisme marque un coup d'accélérateur dans la lutte contre cette maladie, notamment pour réduire le taux de mortalité des enfants. Il encourage les populations, en particulier les parents, à faire vacciner leurs enfants contre le paludisme pour les protéger contre cette maladie mortelle. Le Ministre de la Santé a ajouté que l'introduction du vaccin contre le paludisme dans le PEV favorisera l'amélioration globale de la santé et du bien-être des femmes, des nouveau-nés, des enfants et des adolescents.



Le Coordonnateur Résident des Systèmes des Nations Unies, Salvator Niyonzima a souligné l'importance cruciale de l'arrivée des vaccins au Bénin : « L'introduction du vaccin contre le paludisme dans le Programme élargi de vaccination (PEV) contribuera significativement à la réduction des cas graves et, surtout, des décès d'enfants liés au paludisme ».

Il a particulièrement mis en avant l'importance de continuer à

renforcer les programmes de lutte contre le paludisme, à susciter l'implication des communautés et à déployer d'autres outils de prévention, tels que les moustiquaires imprégnées d'insecticide de longue durée, afin de réduire efficacement le taux de mortalité et d'incidence du paludisme.

L'arrivée de ces doses de vaccins marque un tournant dans la lutte contre le paludisme au Bénin en particulier celui vers une vaccination plus large contre l'une des maladies les plus mortelles pour les enfants de 0 à deux ans en Afrique. Au Bénin, le paludisme est la première cause de décès chez les enfants de moins de cinq ans.



En effet, il s'agit du fruit de la manifestation d'intérêt pour l'introduction de ce vaccin dans le programme de vaccination de routine soumise par le Gouvernement du Bénin et approuvée par Gavi, l'Alliance mondiale pour les vaccins et la vaccination.

Pour rappel, le Bénin est le quatrième pays à recevoir des doses de vaccins RTS,S après le Cameroun, la Sierra Leone et le Burkina-Faso, marquant ainsi la fin de la phase pilote de la vaccination antipaludique. Cette livraison permettra au Bénin de commencer l'administration du vaccin antipaludique aux enfants en 4 doses (6 mois, 7 mois, 9 mois et aux enfants de moins de 2 ans) dès le premier trimestre 2024 par l'intermédiaire du Programme Elargi de Vaccination soutenu par GAVI, l'Alliance mondiale du Vaccin.

Megan Valère SOSSOU

Quelques statistiques à propos

Chaque minute ou presque, un enfant de moins de 5 ans meurt du paludisme. Selon l'OMS, en 2021, le monde a enregistré 247 millions de cas de paludisme et 619 000 décès liés à la maladie. Parmi les personnes décédées, 77 % étaient des enfants de moins de 5 ans, dont la majorité vivait en Afrique. Cette dernière, qui est le continent le plus durement touché par le paludisme, a enregistré près de 95 % des cas dans le monde et 96 % des décès liés à la maladie en 2021.

Au Bénin, plus de 4,7 millions de cas de paludisme et 10 000 décès avaient été signalés en 2020 parmi les 12,1 millions d'habitants, principalement chez les enfants de moins de cinq ans selon les données de l'OMS. Depuis 2019, dans le cadre du programme pilote, connu sous le nom de Programme de mise en œuvre du vaccin antipaludique (MVIP), le Ghana, le Kenya et le Malawi administrent les quatre doses du vaccin antipaludique aux enfants dès l'âge de 5 mois dans les districts les plus touchés.

Plus de deux millions d'enfants ont ainsi bénéficié du vaccin antipaludique dans ces trois pays africains grâce à ce programme. Résultat : le taux de mortalité toutes causes confondues a chuté de 13 % chez les enfants en âge de recevoir le vaccin, et le nombre de cas graves et d'hospitalisations liées au paludisme a considérablement diminué.

Retour sur le Forum Régional des Médias sur la Santé Infantile, la Vaccination et la Nutrition à Cotonou

Le vendredi 22 décembre 2023, la salle de conférence de l'UNICEF Bénin a servi de cadre à l'atelier de restitution de Cotonou sur le premier Forum Régional des Médias sur la Santé Infantile, la Vaccination et la Nutrition. Un rendez-vous important qui a rassemblé une vingtaine de journalistes, membres du REMAPSEN, toutes catégories de presse confondues.



Dans son discours d'ouverture, Mickael TCHOKPODO, le coordonnateur national du REMAPSEN au Bénin, a souligné le

rôle essentiel de l'UNICEF dans la concrétisation de cet événement. « Si l'initiative du forum a prospéré, c'est grâce au soutien indéfectible du bureau régional de l'UNICEF, qui a vu dans l'idée de ce forum la preuve de l'engagement des journalistes pour une cause noble : les enfants, l'avenir de toute nation », a-t-il déclaré. Il a également exprimé sa conviction que cet atelier marquera le début d'une collaboration durable entre l'UNICEF Bénin et le REMAPSEN Bénin.

Aude Rigot, Cheffe du Bureau UNICEF Bénin, a ouvert officiellement l'atelier en félicitant la coordination du REMAPSEN Bénin pour le respect de son engagement. Elle a salué l'organisation de l'atelier de restitution du premier forum des médias sur la santé infantile, la vaccination et la nutrition, qui s'est tenu du 21 au 23 novembre 2023 à Lomé, au Togo. C'est une chance pour le REMAPSEN de tenir cet atelier à quelques jours du prochain cycle de programme de Coopération 2024 – 2026 de l'Unicef Benin.



Au cœur des débats, un panel dédié à la santé infantile, la

vaccination, et la nutrition au Bénin, animé par les experts Nicole Paqui, Bonaventure Muhimfura, et Amany Faustin Yao. Cet atelier a été l'occasion d'échanger sur l'état des lieux, les progrès réalisés, et les perspectives à venir en matière de santé infantile en Afrique de l'Ouest et du Centre, ainsi que sur la vaccination des enfants et la nutrition.

De façon générale, il est à retenir que de 2019 à 2023, des avancées significatives ont été accomplies en termes de baisse de la mortalité des enfants de moins de 5 ans, passant de 115 pour mille en 2014 à 80 pour mille en 2022, soit une réduction de 35 points.

Malgré ces progrès encourageants, il demeure impératif de persévérer les acquis, car certaines données continuent de susciter des inquiétudes. Notamment, le constat selon lequel 43% des nourrissons de moins d'un an n'ont pas bénéficié de tous les vaccins recommandés demeure préoccupant. De plus, il est alarmant de noter qu'un sur deux enfants de moins de 5 ans présente un retard de croissance, signalant ainsi une problématique persistante à résoudre.

La rencontre a également été marquée par la lecture des recommandations issues du forum régional porté sur le thème « Rôle et responsabilité des médias dans la promotion de la santé et de la nutrition en Afrique ». Ces recommandations offrent une feuille de route précieuse pour les médias engagés dans la promotion de la santé en Afrique.

Cet atelier de restitution à l'UNICEF Bénin est une preuve de plus de l'engagement des médias béninois en faveur de la santé des enfants, de la vaccination et de la nutrition. Il témoigne du pouvoir des médias dans la sensibilisation et la promotion des enjeux sanitaires. Un rendez-vous qui laisse entrevoir une collaboration fructueuse entre l'UNICEF et le REMAPSEN Bénin.

Megan Valère SOSSOU

Projet SE WADEDJI BOGAN : Savalou désormais mieux informé sur la vaccination

In response to vaccine hesitancy and misinformation in Benin, particularly in Savalou, the NGO Save Our Planet launched the SE WADEDJI BOGAN project on November 18, 2023. The initiative, which includes public information sessions and debunking COVID-19 rumors, aims to promote the importance of vaccinations. The project receives support from Unicef Benin and the French Embassy in Benin.

Soins de santé primaires au Bénin : La politique Nationale de Santé Communautaire lancée officiellement à Nikki



Le Bénin s'engage résolument dans la promotion des soins de santé primaires en mettant l'accent sur la prévention, la promotion de la santé, ainsi que la mise en place d'un système d'alerte communautaire permanent. Le vendredi 9 juin 2023, la commune de Nikki a servi de cadre au lancement de la politique nationale de santé communautaire. Le Ministre de la Santé, Monsieur Benjamin HOUNKPATIN, et sa collègue en charge du Numérique et de la Digitalisation, Madame Aurélie ADAM SOULÉ ZOUMAROU, ont rehaussé l'événement de leur présence.

Cet événement marque ainsi le point de départ de cette ambitieuse initiative qui place l'individu au cœur des priorités en matière de santé. La première phase du projet cible six communes : Nikki, Kalalé, Banikoara, Bembèrèkè, Sinendé et Malanville.

Au total, 1 500 agents de santé communautaires qualifiés et 37 relais communautaires ont été déployés pour la mise en œuvre de cette politique novatrice.



Lors de cette occasion, le Ministre de la Santé a rappelé les missions assignées à ces acteurs de terrain. « Un relais communautaire sera responsable en moyenne de 200 ménages. Sa mission consistera à rendre visite à tous les foyers de sa zone de couverture au moins une fois par semaine afin de détecter les problèmes de santé, de fournir des conseils et orientations, de distribuer des fournitures médicales et de faciliter la référence des cas nécessitant une prise en charge. L'agent de santé communautaire qualifié, quant à lui, relèvera de la municipalité. Il supervisera tous les relais communautaires de son arrondissement, s'occupera des cas courants, orientera et référera les personnes vers les structures de santé appropriées pour une prise en charge adéquate », a-t-il déclaré. Il a également appelé toutes les parties prenantes à s'engager pleinement pour la réussite de ce projet ambitieux en cours de déploiement.

De son côté, Madame Aurélie ADAM SOULÉ ZOUMAROU, Ministre du Numérique et de la Digitalisation, a exhorté la population à soutenir cette initiative gouvernementale qui contribuera à

l'amélioration qualitative de leur état de santé.



Le Maire de la commune de Nikki, Monsieur Roland Lafia GOUNOU, le Préfet du département du Borgou, Monsieur Djibril MAMA CISSE, ainsi que les représentants des partenaires techniques qui se sont succédé à la tribune, ont tous félicité le Gouvernement pour cette vision qui, sans aucun doute, dynamisera les indicateurs de santé.

La cérémonie a rassemblé les autorités politiques, administratives et sanitaires, et a reçu la bénédiction de SINAN DOUN WIROU, Premier Ministre de la Cour Impériale, représentant son Altesse SERO TOROU TOUKO SARI, Empereur de Nikki.

Megan Valère SOSSOU

Vaccination contre la COVID-19 : UNICEF Benin prime les meilleures productions, projets et challengers

Alors que le taux de vaccination peine à s'élever au Bénin, les actions ne cessent de se multiplier pour une meilleure couverture de vaccination. C'est ainsi que des concours médias, des appels à projets et des challenges ont été initiés par l'UNICEF en partenariat avec l'UNFPA, l'INSIDE, l'OMS et le gouvernement du Bénin avec le soutien de l'ambassade de France, afin d'inciter et de mobiliser la population, à se faire vacciner. À l'apothéose de la remise des prix le vendredi 18 novembre 2022 au siège de l'UNICEF à Cotonou, les lauréats sont repartis avec plus de quatre millions de Fcfa.



À ce jour, le Bénin est à environ 30 % de couverture vaccinale (au lieu d'une prévision de 60, voire 70 %), un des plus hauts de la sous-région certes. Mais il est resté stable depuis un bon moment en raison de la déformation au sujet de la vaccination. Une situation qui préoccupe plus d'un et qui urge d'être résolue pour le bien-être de la population béninoise. « Le besoin d'une redynamisation de la stratégie de mobilisation communautaire s'est donc imposé », a souligné le représentant de la représentante résidente de l'UNICEF au Bénin, dans son discours. C'est à la suite de ce besoin que l'UNICEF avec l'accompagnement de ses partenaires, grâce aux financements du gouvernement français, a jugé important de mettre les médias

et les jeunes au cœur de cette stratégie de mobilisation pour la vaccination. Ainsi, plusieurs actions ont été menées, dont la formation de plus de 200 jeunes de U-Reporter et 100 journalistes dans tous les départements du Bénin sur l'importance de la vaccination et les techniques de vérification de l'information afin de partager des informations fiables pour encourager le public à se faire vacciner. Ce rendez-vous est donc venu reconnaître et célébrer les lauréats et les différentes initiatives, notamment le concours des meilleures productions médiatiques sur la vaccination contre la COVID-19, le concours vaccinons-nous et celui, embarquons-nous pour la vaccination. Des concours qui visent à encourager le public à se faire vacciner et à lutter contre la désinformation.

Une cagnotte de plus de 4 millions Fcfa pour les lauréats

À l'issue de ces concours, 58 projets ont été reçus et 254 participants pour les concours. De sept projets retenus, trois équipes sont sorties gagnantes. Il s'agit des projets : « Vacciner et protéger », le premier qui repart avec 1.500.000 Fcfa; « Tous vaccinés, tous rassurés », deuxième avec 1.000.000 Fcfa ; et « Abawhè », troisième avec 750.000 Fcfa. Quant au concours médiatique, 27 productions ont été reçues, dont 18 radios, 8 presses écrites et 1 télévision. À l'arrivée, Patrice Sokégbé, du quotidien Fraternité est sorti lauréat de la presse écrite et repart avec 500.000 Fcfa. Dans la catégorie, radio, Serge Fanou, de la radio rurale locale de Banikoara occupe la première place et empoche aussi 500.000 Fcfa. Un prix spécial genre a été attribué à Amélie Zonmadin, la candidature féminine ayant recueilli la meilleure note, toute catégorie confondue. La journaliste de la radio Tado d'Abomey-Calavi est repartie avec 200.000 Fcfa. Quant au challenge Embarquons-nous pour la vaccination, huit lauréats ont été primés avec des gadgets. Le premier a fait vacciner 44 personnes. Le reste comptabilise 70 personnes vaccinées.



Les officiels Concours Covid-19 Unicef Benin

Notons que tous les lauréats ont également reçu des certificats de mérite. Leurs joies étaient énormes, et ils n'ont pas manqué de remercier l'UNICEF pour l'initiative. Ils s'engagent à continuer sur la même lancée pour que l'objectif soit atteint, même s'ils reconnaissent que le travail de terrain n'est pas une sinécure.

Une initiative salubre

Cette initiative de l'UNICEF vient donc à point nommé renforcer la volonté du gouvernement et des nations unies de protéger les populations contre les effets dévastateurs de cette pandémie qu'est la COVID-19. Pour Camille Baumann, représentante de l'ambassade de France, « au cœur de ce projet, se trouve la volonté de permettre à chacun d'avoir accès à une information fiable et de qualité sur la vaccination et sur la santé ». C'est pourquoi l'ambassade de

France n'a ménagé aucun effort pour l'appuyer. Un effort que salue d'ailleurs Conrad Deguenon. Le représentant de l'Agence nationale des soins de santé primaires (ANSSP) remercie l'ambassade de France pour l'accompagnement, de même l'UNICEF pour sa disponibilité et son engagement, sans oublier tous les autres partenaires techniques qui de par leur nature constante les aident à améliorer la lutte contre la pandémie.

Un certificat de reconnaissance a été décerné par ailleurs, à cinq membres du comité d'organisation du Camp national Adjarra 2022 qui a réuni 148 jeunes autour du thème « La déconstruction des rumeurs sur la vaccination contre la COVID-19 ». La désinformation détourne l'information, dicit Josias Koularambaye. C'est pourquoi il a lancé cet appel fort à la fin de la cérémonie : « La Covid-19 n'est pas finie. Continuons la vaccination ; la sensibilisation afin de faire de ceux qui sont vaccinés des sensibilisateurs ».

Arsène AZIZAHO

COVID-19 : Trois déclarations qui rassurent

La COVID-19 n'est pas encore à sa fin mais des nouvelles d'elle, rassure plus d'un. Au siège de l'Organisation des Nations Unies à New York le vendredi 23 septembre 2022, une rencontre de haut niveau s'est tenue sur la situation de la pandémie liée à la COVID-19.



Mais des signes positifs restent tout de même remarquables et réconfortant pour [le Secrétaire général des Nations Unies, Antonio Guterres sur la mise sous contrôle de la COVID-19](#). Il s'agit de l'augmentation de la couverture vaccinale dans tous les pays du monde en particulier dans ceux à haut risque.

Au nombre des points forts même dans les pays qui présentent des résultats mitigés, se trouvent l'efficacité de nouveaux médicaments antiviraux, le nombre élevé des travailleurs de santé vaccinés sans oublier celui des personnes âgées vulnérables à la COVID-19.

Un virus de plus en plus sous contrôle

Pour sa part, Tedros Adhanom Ghebreyesus, [Directeur Général de l'Organisation Mondiale de la Santé](#) se réjouit que le nombre de mort évolue à son plus bas nouveau depuis le début de la pandémie liée à la COVID-19.

Plusieurs facteurs seraient à l'origine de ce progrès dans les pays à faible revenu. C'est le cas du système COVAX déployé dans le monde et auquel 92 pays se sont adhésés. Ce système qui a facilité l'accessibilité des vaccins aux populations à travers la livraison en temps records a permis à un moment donné, de doubler la couverture vaccinale selon le Directeur de l'OMS.

En tant que premier acheteur de vaccin et de matériel humanitaire dans le monde, l'UNICEF a largement contribué à l'atteinte de ces résultats non moins reluisants. Sa Directrice Exécutive, Catherine Russell évoque 12,4 milliards

de doses de vaccins administrés sur la planète avec l'appui de l'UNICEF sans oublier la livraison de 800 congélateurs de chaîne ultra froide dans 70 pays en 2021, et les 1,2 milliards d'articles d'équipements de protection fourni au personnel soignant dans 142 pays depuis 2020 et bien d'autres efforts.

Toutefois, du Secrétaire Général de l'ONU à la Directrice Exécutive de l'UNICEF en passant par le Directeur Général de l'OMS, des efforts restent à faire pour éliminer complètement la COVID-19 dans le monde. Il s'agira de renforcer la vaccination en particulier des enfants et des populations des pays de faibles revenus.

Aussi, il importe de continuer avec les dépistages pour éviter de nouveaux variants potentiels tout en rendant disponible les nouveaux médicaments antiviraux partout dans le monde. Des challenges qui appellent à des actions plus que jamais communes pour vaincre la pandémie de la COVID-19 dans le monde.

Megan Valère SOSSOU