



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



## **Timing et espacement idéals des grossesses pour la santé : Guide de poche à l'intention du personnel de santé, des responsables de programmes sanitaires et des dirigeants communautaires**

### **Introduction au guide de poche**

Destiné au personnel de santé et responsables de programmes sanitaires, ce Guide de poche traite du timing et de l'espacement idéals des grossesses pour la santé (TEIGS). Il s'appuie sur les principaux résultats de recherches effectuées dans le monde entier sur le lien entre l'espacement des grossesses pour la santé maternelle et néonatale. Il met également en relief les avantages du timing et de l'espacement des grossesses, communique les messages sur le TEIGS pour informer les femmes, les hommes et les communautés et retient les périodes propices aux conseils sur le TEIGS.

En effet, les résultats de recherches nous montrent que le TEIGS peut s'avérer une intervention efficace pour aider les femmes à vivre une grossesse saine et un accouchement à moindre risques. Une grossesse trop rapprochée d'une naissance précédente, d'une fausse couche ou d'un avortement expose la mère et le nouveau-né à un risque élevé de complications, qui peuvent s'avérer parfois fatales. Lorsque des jeunes femmes de moins de 18 ans tombent enceintes, la mère et son nouveau-né courent un plus grand risque de souffrir de complications que les femmes de 20 à 24 ans. Dans certaines populations, les nourrissons et les enfants nés après de courts intervalles de grossesses courent un plus haut risque de retard de croissance et d'insuffisance pondéral pendant les cinq premières années de vie.

#### **En 2006, l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) communiquait les recommandations suivantes :**

- Après une naissance vivante, l'intervalle recommandé avant de planifier une autre grossesse est de 24 mois au moins afin de réduire les risques pour la santé maternelle, périnatale et infantile.
- Après une fausse couche ou un avortement provoqué, l'intervalle recommandé avant la prochaine grossesse est de 6 mois au moins pour réduire les risques pour la santé maternelle et périnatale.



## Effets sur la santé du TEIGS

L'Agence des Etats-Unis pour le Développement international (USAID) a commandité six études internationales pour évaluer les effets de l'espacement des grossesses sur la santé maternelle et néonatale. Les principaux résultats sont récapitulés ci-après.

### **Lorsque les grossesses sont trop rapprochées :**

*Moins de 24 mois de la dernière naissance vivante à la prochaine grossesse :*

- Les nouveau-nés peuvent naître prématurés, trop petit ou avec un faible poids.
- Les nourrissons et les jeunes enfants risquent de souffrir d'un retard de croissance et sont plus susceptibles de mourir avant l'âge de cinq ans.

*Moins de six mois de la dernière naissance vivante à la prochaine grossesse :*

- Les mères peuvent mourir en couches.
- Les nouveau-nés peuvent naître prématurés, trop petit ou avec un faible poids.
- Les nourrissons et les jeunes enfants risquent de souffrir d'un retard de croissance et sont plus susceptibles de mourir avant l'âge de cinq ans.

### **Lorsque les grossesses sont trop espacées (plus de cinq ans):**

- Les mères courent un plus grand risque de pré-éclampsie, une complication de la grossesse aux conséquences parfois fatales.
- Les nouveau-nés peuvent naître prématurés, trop petit ou avec un faible poids.

### **Lorsqu'une grossesse survient trop vite (moins de six mois) après une fausse couche ou un avortement :**

- Les mères risquent davantage de souffrir d'anémie ou d'avoir une rupture prématurée des membranes.
- Les nouveau-nés peuvent naître prématurés, trop petit ou avec un faible poids.

### **Lorsqu'une première grossesse survient chez une adolescente de moins de 18 ans:**

- Les adolescentes courent un risque plus élevé d'hypertension liée à la grossesse, d'anémie, de travail prolongé ou de dystocie.
- Les nouveau-nés peuvent naître prématurés, trop petit ou avec un faible poids.

De plus, les éventuels risques de santé découlant d'intervalles trop courts entre les grossesses ou d'une grossesse trop précoce sont plus graves pour les femmes qui ont déjà des problèmes de santé, tels que le VIH, l'anémie, la malnutrition, le paludisme, la tuberculose, les maladies de cœur et le diabète.

## Messages sur le TEIGS pour une grossesse qui se déroule bien

### **Après une naissance vivante :**

- Les couples devraient utiliser une méthode efficace de planification familiale (PF) de leur choix, continuellement pendant deux ans au moins avant de planifier une autre grossesse.
- Les couples qui choisissent d'utiliser continuellement une méthode efficace de PF peuvent prévoir la prochaine grossesse cinq ans maximum après la dernière naissance.

### **Après une fausse couche ou un avortement :**

- Les couples devraient utiliser une méthode efficace de PF de leur choix, continuellement pendant six mois au moins après une fausse couche ou un avortement avant de planifier une autre grossesse.

### **Pour les adolescentes :**

- Les adolescentes devraient utiliser continuellement une méthode efficace de PF de leur choix jusqu'à l'âge de 18 ans avant de chercher à tomber enceinte.



## Avantages du TEIGS

### **Nouveau-nés, nourrissons et enfants de moins de cinq ans : tous bénéficient du TEIGS**

#### **Le TEIGS réduit les risques suivants:**

- Naissances prématurées, faible poids à la naissance, petite taille pour l'âge gestationnel, et dans certaines populations, des conditions de retard de croissance chronique et d'insuffisance de poids aiguë.
- Décès des nouveau-nés, des nourrissons et des enfants de moins de cinq ans.
- Naissances prématurées et faible poids à la naissance lorsque les mères attendent d'avoir 18 ans pour une première grossesse.
- Naissances prématurées, petite taille pour l'âge gestationnel et faible poids à la naissance lorsque les mères attendent au moins six mois après une fausse couche ou un avortement avant de chercher à tomber enceinte de nouveau.

Enfin, le TEIGS permet aux jeunes enfants de profiter pendant deux années entières des importants avantages que présente l'allaitement maternel.

### **Les mères bénéficient du TEIGS**

- Donne aux mères deux années pour se préparer physiquement, émotionnellement et financièrement à leur prochaine grossesse, si elles décident d'avoir un autre enfant.
- Aide les jeunes mères à éviter l'hypertension liée à la grossesse et les complications que celle-ci entraîne, l'accouchement prolongé, la dystocie, l'anémie ferriprive et le décès maternel.
- Donne aux mères deux années entières avant la prochaine grossesse pour qu'elles puissent accorder toute leur attention à leur bébé, partenaire et à leurs autres enfants.
- Réduit le risque de complications durant la grossesse, comme la pré-éclampsie.
- Permet aux mères d'allaiter pendant deux années, d'où un risque réduit de cancer du sein et cancer des ovaires.

### **Les hommes bénéficient du TEIGS**

- Aide les hommes à protéger la santé et le bien-être de leur partenaire et de leurs enfants.
- Donne aux hommes le temps de se préparer, sur le plan financier et émotionnel, à l'arrivée du prochain enfant, s'ils souhaitent en avoir un autre.
- Donne aux hommes un sentiment de satisfaction puisqu'ils aident leur partenaire à prendre une bonne décision concernant le TEIGS et la planification familiale, contribuant ainsi à la santé de leur famille.

### **Les communautés bénéficient du TEIGS**

- Bénéficie les communautés puisqu'elle les aide à réduire les décès et maladies chez les mères, les nouveau-nés, les nourrissons et les enfants.
- Bénéficie les communautés puisqu'elle aide à faire reculer la pauvreté et à améliorer la qualité de la vie des membres communautaires.



## Période propice à l'éducation et aux conseils en matière du TEIGS

On recommande vivement de planifier et d'espacer les grossesses en utilisant une méthode moderne et efficace de planification familiale de son choix (y compris les méthodes basées sur la connaissance de la fécondité) pour une grossesse qui se déroule bien, tant pour la mère que pour l'enfant.

Nombreuses sont les périodes dans la vie d'une femme où elle aura besoin de conseils et de soutien. Le personnel soignant, les agents communautaires, les dirigeants communautaires et religieux ainsi que les associations de femmes et d'hommes tireront profit de ces périodes propices pour éduquer et conseiller les couples et les familles en matière du TEIGS les sensibilisant à la gamme élargie de méthodes de PF disponibles pour planifier et espacer les grossesses.

### Lors d'une séance de conseils, ne pas oublier de :

- 1 Expliquer les messages sur le TEIGS aux clientes, de manière compréhensible et dans un langage qu'elles comprennent.
- 2 Expliquer que le couple devrait utiliser une méthode efficace de PF de son choix pour planifier et espacer les grossesses.
- 3 Mentionner la large gamme de méthodes de PF disponibles au couple, y compris les méthodes basées sur la connaissance de la fécondité.
- 4 Expliquer comment obtenir et utiliser les méthodes de PF.
- 5 Mettre l'accent sur les avantages sanitaires, sociaux et économiques du TEIGS.
- 6 Rappeler aux clientes que le TEIGS profite à toute la famille et à la communauté.
- 7 Encourager les clientes à poser des questions et à partager cette information avec leur partenaire, les membres de leur famille et leurs amis.

## Quand se présentent ces périodes propices ?

### Lors des soins prénatals (bilan avant l'accouchement)

- Mettre l'accent sur les bénéfices de l'allaitement maternel tant pour les mères que les nouveau-nés.
- Expliquer les avantages du timing et de l'espacement sains des grossesses pour les futurs nouveau-nés.
- Discuter des méthodes de planification familiale, y compris la Méthode de l'Allaitement Maternel et de l'Aménorrhée (MAMA), qui peuvent être utilisées après l'accouchement.

### Lors des soins du post-partum (bilan après l'accouchement)

- Expliquer les avantages d'attendre deux ans avant la prochaine grossesse.
- Discuter des méthodes de planification familiale.
- Mettre en avant les avantages de l'allaitement maternel pour remettre à plus tard la prochaine naissance si l'allaitement exclusif est pratiqué.
- Expliquer que la Méthode de l'Allaitement Maternel et de l'Aménorrhée (MAMA), la pratique de l'allaitement maternel exclusif comme méthode temporaire de planification familiale, protège les femmes contre une grossesse pendant une période de six mois.

### Lors des consultations pour bébé et services pour les enfants de moins de cinq ans (par exemple, les vaccinations)

- Renforcer les messages sur le TEIGS en rappelant aux mères et aux soignants que le TEIGS favorise le développement et la croissance du bébé et des enfants à venir.

### Lors des services de planification familiale

- Expliquer aux femmes et aux hommes qui viennent consulter les services de planification familiale les avantages sanitaires et sociaux du TEIGS.
- Groupes susceptibles d'être intéressés par l'espacement des grossesses :



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



- Couples sur le point de se marier
- Femmes VIH-positive qui souhaitent tomber enceintes
- Nouveaux mariés
- Jeunes couples
- Couples mariés avec des enfants
- Mères célibataires
- Femmes qui ont fait une fausse couche ou un eu avortement

#### **Lors des soins après avortement**

- Conseiller les femmes recevant des soins après avortement sur le TEIGS et les méthodes de PF, et leur apporter un soutien psychologique.
- Conseiller les femmes sur le retour rapide de la fécondité après l'avortement (provoqué ou spontané) et recommander l'utilisation d'une méthode efficace de PF de leur choix pendant six mois au moins avant de planifier une autre grossesse.

#### **Lors des services pour les infections sexuellement transmissibles (IST)/VIH**

- Inclure l'information sur le TEIGS lors des conseils sur les IST et le VIH.
- Conseiller les femmes VIH-positive qui souhaitent tomber enceintes sur les avantages du TEIGS.

#### **Lors des services pour jeunes**

- Donner aux jeunes l'occasion de prendre des décisions informées sur le timing et l'espace des grossesses afin qu'ils puissent mieux gérer leur vie.
- Intégrer les messages sur le TEIGS aux services de santé, d'éducation et aux services sociaux destinés aux jeunes.

#### **Lors des services de santé pour les hommes**

- Intégrer les discussions sur le TEIGS aux activités sanitaires destinées aux hommes.
- Expliquer les avantages du TEIGS pour les hommes, les femmes et les enfants.
- Apprendre aux hommes à soutenir leur partenaire à pratiquer le TEIGS et utiliser une méthode de PF moderne (y compris les méthodes basées sur la connaissance de la fécondité).

#### **Lors des stratégies avancées**

- Collaborer avec les agents communautaires pour apporter information et assistance directement aux familles et communautés.
- Communiquer les messages sur le TEIGS lors des activités communautaires de stratégie avancée dans les contextes santé et hors santé.
- Les messages sur le TEIGS peuvent être intégrés aux activités et programmes suivants :
  - campagnes de vaccination
  - conseils et dépistage volontaire pour le VIH
  - prévention du paludisme et/ou tuberculose
  - initiatives hors santé telles que l'agriculture, l'alphabétisation, la préservation de l'environnement et le micro-crédit
  - soins après avortement
  - soins maternels et néonataux



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



## Références

Agustin Conde-Agudelo, et al., “Effect of the Interpregnancy Interval after an Abortion on Maternal and Perinatal Health in Latin America,” *International Journal of Obstetrics and Gynecology* 89 (April 2005): S34-S40.

Agustin Conde-Agudelo, et al., “Birth Spacing and the Risk of Adverse Perinatal Outcomes: A Meta-Analysis,” *The Journal of the American Medical Association* 29 (April 19, 2006): 1809-1823.

Agustin Conde-Agudelo, et al., “Effects of Birth Spacing on Maternal Health: A Systematic Review.” (In press)

Julie DaVanzo, et al., “Effects of Birth Spacing on Infant and Child Mortality, Pregnancy Outcomes, and Maternal Morbidity and Mortality in Matlab, Bangladesh,” *RAND Working Paper* (October 2004).

William Jansen, “Existing Demand for Birth Spacing in Developing Countries: Perspectives from Household Survey Data,” *International Journal of Obstetrics and Gynecology* 89 (April 2005): S50-S60.

Shea Rutstein, “Effects of Preceding Birth Intervals on Neonatal, Infant and Under-Five Years Mortality and Nutritional Status in Developing Countries: Evidence from the Demographic and Health Surveys,” *International Journal of Obstetrics and Gynecology* 89 (April 2005): S7-24.

Shea Rutstein, et al., “Effects of Birth Spacing on Infant and Child Mortality: A Systematic Review and Meta-Analysis.” (In press)

World Health Organization, “Report of a WHO Technical Consultation on Birth Spacing,” (2006). Available at: [http://www.who.int/making\\_pregnancy\\_safer/publications/policy\\_brief\\_birth\\_spacing.pdf](http://www.who.int/making_pregnancy_safer/publications/policy_brief_birth_spacing.pdf)

**Photo :** Liz Gilbert/David and Lucile Packard Foundation, offertes par Photoshare (couverture); Rebecca Janes (à l’intérieur de la couverture); Sarah Michalko (p3); offertes par Pathfinder-Peru (p4); Jennifer Wilder (p7 & 12); Michele Andina (p8); Marjorie Ransom (p11); offertes par Pathfinder-Mozambique (p17); Projet TAHSEEN (p20)



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



## Projet ESD

Le projet Expansion de la Prestation de Services (Extending Service Delivery ou ESD), financé par le Bureau de santé globale de l'USAID, vise à répondre au besoin non satisfait de planification familiale (PF) et à accroître l'utilisation des services de santé de la reproduction et de planification familiale (SR/PF) au niveau communautaire, surtout parmi les populations peu desservies aux fins d'améliorer la santé et le développement socio-économique. ESD encourage le partage et l'application des meilleures pratiques, élargit l'accès aux services SR/PF à base communautaire et améliore les capacités de soutien des services SR/PF. ESD travaille en étroite collaboration avec les missions USAID pour mettre au point des stratégies adaptées qui satisfont aux besoins en matière de services SR/PF de pays spécifiques.

Chef de file pour cinq ans de l'Accord de coopération, ESD est géré par Pathfinder International en partenariat avec IntraHealth International, Management Sciences for Health, and Meridian Group International, Inc. Une assistance technique supplémentaire est fournie par Adventist Development and Relief Agency International, the Georgetown University Institute for Reproductive Health, et Save the Children.

## Extending Service Delivery

**Pour de plus amples informations sur ESD, prière de contacter :**

Director, Extending Service Delivery Project

1201 Connecticut Avenue, NW, Suite 700

Washington, D.C. 20036

Téléphone : (202) 775-1977 Fax: (202) 775-1988 [esdmail@esdproj.org](mailto:esdmail@esdproj.org)

**[www.esdproj.org](http://www.esdproj.org)**

*This guide was made possible through support provided by the Office of Population and Reproductive Health, Bureau for Global Health, U.S. Agency for International Development, under the terms of Award No. GPO-A-00-05-00027-00. The opinions expressed herein are those of the author(s) and do not necessarily reflect the views of the U.S. Agency for International Development.*