

# Ensemble 107, Élément 8

Type : Feuilleton radiophonique

Octobre 2017

# \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Les enfants ont besoin de vitamine A**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Notes aux radiodiffuseurs**

Le feuilleton suivant explique comment les mères peuvent contribuer à la protection de leurs jeunes enfants contre les maladies infantiles dangereuses causées par une carence en vitamine A. Nous avons tous besoin de vitamines et de minéraux si nous voulons être robustes et sains d’esprit et pour résister aux maladies. Les enfants en particulier ont besoin de la vitamine A pour leur croissance physique, leur vue et permettre à leur organisme de résister aux infections et aux maladies. Les enfants souffrant d’une carence en vitamine A courent plus de risques de succomber à la rougeole, au paludisme ou à la diarrhée que ceux qui en disposent suffisamment. Une des conséquences les plus graves du manque de vitamine A est une maladie appelée « sécheresse oculaire » qui si elle n’est pas soignée, entraînera éventuellement une cécité complète.

Dans plusieurs régions du monde où la carence en vitamine A chez les enfants constitue un grave problème, des programmes sont mis en œuvre pour distribuer des capsules de vitamine A. Toutefois, beaucoup de zones rurales manquent d’infrastructures nécessaires à la mise en œuvre efficace des programmes de distribution de suppléments. Par conséquent, le présent feuilleton radiophonique est consacré aux aliments naturels contenant de la vitamine A. Toutefois, vous pourriez effectuer des recherches pour savoir s’il existe des programmes de distribution dans votre région, et diffuser ces informations dans votre émission.

Ce feuilleton entretient le suspense par rapport à ce qui est arrivé au premier né de Martha, Uchenna, et explique finalement pourquoi elle est si intéressée d’en savoir plus sur la vitamine A. Même si la fin de l’histoire est triste, celle-ci vise à produire un impact puissant sur les auditeurs, afin qu’ils se souviennent des conséquences de la carence en vitamine A.

Vous pourriez vous inspirer de ce feuilleton pour réaliser une émission similaire sur les pratiques recommandées pour permettre aux enfants d’avoir suffisamment de vitamine A. Sinon, vous pourriez également diffuser le feuilleton dans le cadre de votre émission agricole ordinaire, en le faisant interpréter par des comédiens et des comédiennes de doublage à la place des intervenants.

Pour donner suite au feuilleton, vous pourriez inviter un agent de santé et un spécialiste agricole à votre émission pour répondre aux questions concernant la vitamine A. N’oubliez pas de parler de leur venue la veille ou la semaine précédant la diffusion de l’émission pour que les auditeurs aient le temps de réfléchir aux questions qu’ils peuvent poser.

Durée estimée du texte radiophonique : 15 minutes avec la musique de début et de fin.

**Personnages :**

Animateur

Infirmière au dispensaire

Martha : une jeune mère

**Animateur :** (Bonjour/bon après-midi/bonsoir) chers auditeurs et auditrices. Aujourd’hui, nous parlerons d’un problème sérieux qui touche des millions d’enfants à travers le monde. Cela pourrait être considéré comme une mauvaise nouvelle, mais la bonne nouvelle c’est que c’est un problème dont la solution est simple. Je parle de la vitamine A, et à quel point plusieurs enfants n’en absorbent pas assez.

Nous savons tous qu’une alimentation saine signifie avoir suffisamment à manger et consommer les bons types d’aliments. Cela est important pour tout le monde, mais surtout pour les enfants. Ces derniers ont besoin de nutriments, y compris la vitamine A, qu’il leur est primordial d’avoir s’ils veulent grandir et devenir des adultes robustes et en bonne santé. Dans notre émission d’aujourd’hui, nous expliquerons ce qui peut arriver aux enfants qui ne disposent pas d’une quantité suffisante de vitamine A dans les aliments qu’ils consomment. Ce qui est plus important encore, c'est que nous apprendrons de simples méthodes pour éviter ce problème.

PAUSE MUSICALE

**ANIMATEUR :** Les enfants ont besoin de vitamine A pour combattre les infections et les maladies. Les enfants dont le régime alimentaire ne contient pas assez de vitamine A ne croissent pas bien et sont plus susceptibles de contracter de graves maladies infantiles, telles que la rougeole, le paludisme et la diarrhée, pouvant causer parfois la mort.

Les enfants ont également besoin de vitamine A pour le bon développement de leur vue. Peut-être que vous avez entendu parler de la « cécité nocturne. » Il s’agit souvent d’un des premiers signes qui démontrent que votre enfant manque de vitamine A. Si vous remarquez que votre enfant a du mal à voir la nuit, vous devez prendre des mesures immédiates pour éviter qu’il ne devienne complètement aveugle.

Malheureusement, plusieurs enfants n’ont pas assez de vitamine A dans leur alimentation. Écoutons un récit dans lequel nous découvrirons quelques solutions très simples à la carence en vitamine A.

OUVERTURE EN FONDU DE LA MUSIQUE ET MAINTENUE PENDANT CINQ SECONDES. FONDU SOUTENU DE LA VOIX D’UN BÉBÉ DE HUIT MOIS QUI RIT ET GAZOUILLE.

**infirmiÈRE :** Salut, Martha. Je suis contente de vous revoir ici, au dispensaire.

**Martha :** Bonjour, infirmière. Je suis venue pour le bilan de santé mensuel d’Odinga afin de m’assurer qu’il grandit bien et qu’il est en bonne santé.

**INFIRMIÈRE :** C’est un beau bébé. Quel âge a-t-il maintenant?

**Martha :** Il a huit mois.

**INFIRMIÈRE :** On a l’impression que c’est hier seulement vous étiez là pour accoucher. Venez à l’intérieur pour qu’on puisse examiner Odinga et nous assurer que tout va bien. Il semble bien pousser.

BRUIT DE PAS SUR UN CHEMIN DE TERRE. LES SONS CHANGENT INDIQUANT QU’ILS SE DÉPLACENT MAINTENANT SUR UN SOL EN CARREAU OU EN CIMENT.

**INFIRMIÈRE :** Faites simplement en sorte qu’il ne bouge plus. (LA VOIX DE L’INFIRMIÈRE CHANGE. ELLE S’ADRESSE AU BÉBÉ.) Bonjour, petit Odinga. Je vais juste regarder dans ta bouche et vérifier ensuite tes oreilles.

LE BÉBÉ ÉMET UN gémissement fort.

**INFIRMIÈRE :** Oui, je sais, c’était un peu désagréable. Maintenant, je vais écouter ta poitrine avec mon stéthoscope et je vais palper ton ventre. Et puis ce sera terminé.

LE BÉBÉ GÉMIT FORTEMENT À NOUVEAU.

**infirmière :** (riant) Au moins, nous savons que tes poumons fonctionnent bien, petit homme. (À LA MÈRE) Vous faites du bon travail, Martha. Ce bébé est très bien nourri.

**Martha :** Je l’allaite toujours, et je lui donne plusieurs petits repas chaque jour. Ma récolte a été abondante cette année, donc nous mangeons tous bien. Odinga est un bébé heureux, et en bonne santé. Il n’est pas du tout comme mon premier fils, Uchenna. Lui, il était maladif. J’ignorais en ce moment que mon lait ne pouvait plus lui suffire quand il a eu six mois, et que je devais le nourrir avec d’autres aliments également. Même si je l’avais su, nous avions à peine à manger cette année-là …

**INFIRMIÈRE :** (RÉFLÉCHISSANT) En effet, vous étiez tous les deux si maigres et sous-alimentés lorsque vous l’avez emmené au dispensaire il y a deux ans. Espérons que nous n’aurons plus de sécheresse comme celle-là. Vous, plus que quiconque, savez que toutes sortes de problèmes peuvent survenir lorsqu’un nourrisson ne mange pas assez; et surtout lorsqu’il n’y a pas suffisamment de vitamine A dans ses repas. La vitamine A est vraiment importante si on veut que les enfants restent en bonne santé, et je sais que vous avez appris de la manière forte.

Mais Odinga semble absorber une quantité suffisante de vitamine A de votre lait et des autres aliments que vous lui donnez. C’est un gentil bébé, en bonne santé. À mesure qu’il mangera plus d’aliments solides, la vitamine le maintiendra en bonne santé. Un enfant grandit plus vite quand il commence à manger de la nourriture consistante. Donc, entre six mois et six ans, il est important pour lui d’ingurgiter une quantité suffisante de ce nutriment important. De cette façon, il pourra résister encore plus aux maladies.

(Pause) Puis, vous n’aurez plus besoin de parcourir une longue distance pour venir ici avec le cœur lourd comme ce fut le cas il y a deux ans.

**MARTHA :** (tendrement) Il y a d’autres mères qui ont le cœur lourd dans mon village. La fillette de mon amie a presque trois ans et elle a eu la rougeole il y a quelques mois. Actuellement, elle n’arrive pas à voir très bien lorsque la lumière commence à baisser le soir. Elle trébuche sur les objets, tout comme le faisait mon Uchenna, et elle se cogne contre les meubles.

**infirmière :** J’ai l’impression qu’elle souffre de cécité nocturne. La cécité nocturne est souvent causée par la rougeole. Sa mère doit agir rapidement pour s’assurer que son enfant a suffisamment de vitamine A dans son alimentation. Elle doit emmener sa fillette au dispensaire pour que je puisse discuter de cela avec elle. Et je vais donner tout de suite une capsule de vitamine A à sa fille. Même s’il est possible d’obtenir assez de vitamine A dans les aliments qu’on consomme, si l’enfant présente déjà des signes démontrant qu’elle n’en a pas suffisamment, c’est une bonne idée de prendre une capsule s’il y en a. Cela évitera que la cécité nocturne ne se transforme en sécheresse oculaire. La sécheresse oculaire est beaucoup plus dangereuse, car cela peut entraîner une cécité complète.

**Martha :** Et dans le village voisin, deux petits enfants sont morts à cause de la diarrhée au cours des six derniers mois.

**INFIRMIÈRE :** En effet, la cécité ne constitue pas le seul danger. La diarrhée est souvent le signe qu’un enfant n’a pas assez de vitamine A. S’il vous plaît, dites à ces mères de venir me voir, afin que je puisse discuter avec elle des aliments qu’elles donnent à leurs enfants. Vous pouvez aussi aider ces mères en leur expliquant quels aliments contiennent de la vitamine A. Je sais qu’il est difficile pour vous de trouver certains d’entre eux. Mais, passons-les en revue pour que vous ayez les renseignements. Ensuite, vous pourrez les communiquer aux autres mères.

**Martha :** Mais je ne suis ni infirmière ni médecin. Ces femmes ne m’écouteront pas.

**INFIRMIÈRE :** Je pense qu’elles vous croiront, Martha, si vous leur expliquez pourquoi leurs enfants ont besoin de vitamine A. Comme vous, elles veulent que leurs bébés soient robustes et intelligents. Lorsqu’elles entendront votre histoire, elles se fieront à votre jugement.

**(**Pause) Oh, regardez! Odinga s’est endormi. Il est si paisible ainsi. Bon, examinons ces aliments qui sont riches en vitamine A …

**Martha :** Alors, je me rappelle que les enfants ont besoin de lait. Mais une fois qu’ils sont plus âgés, et qu’on les sèvre, cela coûte cher de les nourrir!

**INFIRMIÈRE :** C’est vrai, le lait est une bonne source de vitamine A. Le foie aussi. En effet, il a une forte teneur en éléments nutritifs, ce qui fait que même un morceau de foie de la taille d’un œuf procurera beaucoup de vitamine A à votre enfant.

Mais réfléchissez à ce que vous avez sous la main. Je sais que vous élevez des poules. Leurs œufs contiennent de la vitamine A. Vous pouvez également obtenir de la vitamine A dans les légumes-feuilles verts tels que les épinards, et dans les légumes orange et jaunes comme la courge, les carottes, la citrouille et la patate douce.

(s’adressant au bébé) Je suis certaine que le petit Odinga aime la patate douce. (À MARTHA) Les fruits orange comme les mangues, les oranges et la papaye ont aussi une forte teneur en vitamine A.

**Martha :** Je me rappelle quand j’étais enceinte, vous m’avez dit de manger beaucoup de foie et de légumes-feuilles verts pour avoir assez de vitamine A pour mon bébé et moi-même. Donc, j’ai planté du chou frisé cette année et c’est très bon.

**INFIRMIÈRE :** C’est bien! Vous souvenez-vous de ce que je vous ai dit à propos de l’huile de palme rouge?

**Martha :** Après ce qu’a vécu mon Uchenna, j’ai pensé qu’il était très important de me rappeler tout ce que vous m’aviez dit. L’huile de palme rouge est des sources de vitamine A les plus importantes.

(riant) Et ne vous en faites pas, je ne la laisse jamais chauffer au point que sa couleur disparaisse. Je sais ce que lorsque cela se produit, la vitamine disparaît aussi. Je me souviens également que notre corps a besoin d’huile et de matières grasses pour absorber la vitamine A. Vous avez également mentionné que dans certains cas, les agents de santé peuvent donner des capsules de vitamine A aux enfants qui en ont besoin.

**INFIRMIÈRE :** En effet, il existe des programmes de distribution de capsules de vitamine A dans certaines régions … mais, dans la mesure du possible, il est préférable pour les bébés et les enfants de récupérer la vitamine A provenant du lait maternel et des aliments qu’ils consomment.

(Pause) Je pense, Martha, que ce pourrait être une bonne idée de former un groupe de jeunes mères et de femmes enceintes dans votre village. Vous pourriez vous réunir une fois par mois. Ainsi, vous pourriez leur communiquer en tout temps les informations nutritionnelles importantes pour la santé de leurs enfants.

**Martha :** Vous voulez dire pour parler de la vitamine A?

**INFIRMIÈRE :** Pas uniquement de la vitamine A, mais également d’autres éléments nutritifs comme le fer et l’iode qui permettent également aux enfants d’être robustes et intelligents. En fait, vous pourriez discuter de plusieurs aspects d’une saine alimentation et de la nutrition. Je pourrais même me joindre à vous en tant qu’oratrice invitée.

**Martha :** Oh! Quand je pense à tout le chagrin qu’on pourrait éviter en sachant simplement quels aliments sains donner à nos bébés.

**INFIRMIÈRE :** Alors, penserez-vous à l’idée du groupe?

**Martha :** Oui, je vous promets d’y réfléchir. Bon, je dois me dépêcher maintenant. J’ai quelque chose d’important à faire avant de retourner dans mon village.

**INFIRMIÈRE :** (tendrement) Je crois savoir ce que c’est.

**Martha :** Si. Je vais me rendre sur la tombe de mon Uchenna et faire une prière pour lui et tous les autres petits enfants qui sont morts parce qu’ils n’avaient pas assez de vitamine A dans les aliments qu’ils consommaient, ou qui n’avaient pas suffisamment à manger pour survivre et bien se développer.

PAUSE MUSICALE

**animateur :** Nous avons entendu aujourd’hui de très précieuses informations. Il s’agit de renseignements qui pourraient éviter à votre enfant d’être malade, de ne pas vivre avec la cécité ou même de mourir.

Surveillez de près vos enfants pour voir s’ils ne présentent aucun symptôme de carence en vitamine A. Assurez-vous d’inclure des aliments contenant de la vitamine A dans leur régime alimentaire. Renseignez-vous pour savoir si les capsules de vitamine A sont distribuées dans votre région. La vie de votre enfant en dépend.

Merci d’avoir été à l’écoute aujourd’hui. C’était votre animateur, \_\_\_.

## Remerciements

Le présent texte radiophonique a été initialement distribué en 1996. C’était le [Texte radiophonique 3 de l’Ensemble 69](http://scripts.farmradio.fm/radio-resource-packs/package-69-a-world-fit-for-children/children-need-vitamin-a/). Il a été mis à jour et ensuite révisé à nouveau par Erika Rodning, diététicienne, Radios Rurales Internationales, Arusha, Tanzanie.

**Sources d’information**

Codjia, G. (2001). Food sources of vitamin A and provitamin A specific to Africa: an FAO perspective. *Food and Nutrition Bulletin, 22*(4), 357-360. <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/156482650102200403> (78 KB)

Organisation des Nations Unies pour l’alimentation et la nutrition. (1997). Agriculture, alimentation et nutrition en Afrique – un ouvrage de référence à l’usage des professeurs d’agriculture. Extrait de : <http://www.fao.org/docrep/w0078e/w0078e00.htm#TopOfPage>

Gilbert, C. (2013). The eye signs of vitamin A deficiency. *Community Eye Health*, *26*(84), 66–67. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3936686/>

Johnson, L. (2016). Vitamin A(Retinol). *Merck Manual: Professional Version.* Extrait de : <http://www.merckmanuals.com/professional/nutritional-disorders/vitamin-deficiency,-dependency,-and-toxicity/vitamin-a>

 Le texte radiophonique original a été préparé avec le soutien financier du gouvernement du Canada, par l'entremise d'Affaires mondiales Canada.