

Le prévenant

DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE ET D'ÉVALUATION

BULLETIN D'INFORMATION DESTINÉ AUX MÉDECINS DE LANAUDIÈRE

Agence de la santé
et des services sociaux
de Lanaudière
Québec

Mars 2009
Vol. 18, no 4

L'ACIDE FOLIQUE ET LA PRÉVENTION DES ANOMALIES CONGÉNITALES DU TUBE NEURAL

Introduction

Au début des années 90, Santé Canada et le Groupe d'étude canadien sur l'examen médical périodique¹ recommandaient à toutes les Canadiennes la consommation de suppléments d'acide folique pendant le mois précédant la conception et au cours du premier trimestre de grossesse (0,4 mg par jour). Il avait alors été démontré que cette pratique pouvait contribuer à réduire substantiellement les risques d'anomalies congénitales du tube neural chez les nouveau-nés (GECEMP, 1994; ASPC, 2004).

En conformité avec cette recommandation, une politique préconisant l'ajout d'acide folique à la farine enrichie et à d'autres produits céréaliers fortifiés est entrée en vigueur au Canada en novembre 1998. Cette politique, encore effective en 2009, a pour objectif d'offrir à toutes les Canadiennes en âge de procréer la possibilité d'avoir un supplément quotidien d'acide folique. Le niveau d'enrichissement exigé est de 0,15 mg d'acide folique par 100 grammes pour les farines de blé et de maïs et de 0,2 mg par 100 grammes pour les pâtes alimentaires (De Wals et autres, 2007).

Dans les années qui ont suivi cette législation, la prévalence des anomalies congénitales du tube neural (anencéphalie, encéphalocèle et spina-bifida) a diminué de 46 % au Québec, passant de 1,76 cas pour 1 000 naissances en 1993-1997 à 0,95 cas en 2000-2002 (De Wals et autres, 2007).

État de la situation

Selon les résultats de l'*Enquête sur l'allaitement maternel au Québec, 2005-2006* réalisée par l'Institut de la statistique du Québec, près de la moitié des Lanaudoises a déclaré avoir consommé de l'acide folique pendant les trois mois précédant la grossesse. Toutefois, seulement 35 % en ont consommé tous les jours. Une proportion nettement plus grande de Lanaudoises (84 %) affirme avoir pris de l'acide folique durant les trois premiers mois de grossesse, soit la moitié tous les jours et le tiers épisodiquement. Dans Lanaudière, toutes les

¹ Cet organisme s'appelle maintenant le Groupe d'étude canadien sur les soins de santé préventifs.



proportions relatives à la consommation d'acide folique avant et pendant la grossesse sont similaires à celles du Québec (Neill et autres, 2006).

Prise de l'acide folique pendant les trois mois précédant la grossesse			
	Oui, tous les jours	Oui, mais pas tous les jours	Total
Lanaudière	35,1 %	12,9 %	47,9 %
Le Québec	34,8 %	13,3 %	48,1 %

Source : INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC, *Enquête sur l'allaitement maternel au Québec, 2005-2006*.

Prise de l'acide folique pendant les trois premiers mois de la grossesse			
	Oui, tous les jours	Oui, mais pas tous les jours	Total
Lanaudière	50,8 %	33,4 %	84,2 %
Le Québec	48,6 %	35,5 %	84,1 %

Source : INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC, *Enquête sur l'allaitement maternel au Québec, 2005-2006*.

Recommandations récentes

En 2007, la Société des obstétriciens et gynécologues du Canada et le programme *Motherisk* ont émis de nouvelles recommandations concernant l'utilisation de l'acide folique afin de prévenir les anomalies du tube neural et d'autres anomalies congénitales (Wilson et autres, 2007).

Parmi les recommandations émises, on invite les femmes en bonne santé et dont la grossesse est planifiée à adopter un bon régime alimentaire riche en folate et à consommer quotidiennement un supplément multivitaminique contenant de l'acide folique (0,4 à 1 mg) durant une période de deux à trois mois avant la conception, pendant toute la grossesse et de quatre à six semaines après l'accouchement ou durant toute la période d'allaitement. Pour les femmes épileptiques, diabétiques (insulino-dépendantes), obèses, ayant des antécédents familiaux d'anomalies du tube neural ou faisant partie de groupes ethniques à risque élevé, il est conseillé de prendre quotidiennement un supplément multivitaminique contenant 5 mg d'acide folique au moins durant les trois mois précédant la conception et pendant les 12 premières semaines de grossesse. Pour tout le reste de la grossesse et jusqu'à la sixième semaine après l'accouchement ou aussi longtemps que la mère allaite, la dose recommandée est de 0,4 à 1 mg d'acide folique.



S'inspirant, entre autres choses, de ces recommandations, l'Agence de la santé publique du Canada propose la prise de multivitamines contenant 0,4 mg d'acide folique durant les trois mois précédant la conception et pendant les trois premiers mois de la grossesse. Elle suggère également aux Canadiennes d'adopter un régime alimentaire équilibré riche en folate comprenant des légumes verts (ex. : brocoli, épinards), des lentilles, des pois, des fèves, du maïs, des oranges et du jus d'orange. Pour les femmes à risque d'avoir un enfant ayant une anomalie congénitale du tube neural, une dose supérieure à 0,4 mg d'acide folique, déterminée par leur médecin traitant, est recommandée (ASPC, 2008).

L'Institut national de santé publique du Québec, dans le guide *Mieux vivre avec votre enfant, de la naissance à deux ans*, recommande également de prendre un supplément d'acide folique de 0,4 mg à 1 mg (ou plus si le médecin le recommande) durant les trois mois précédant la conception et au cours des trois premiers mois de la grossesse (Doré, Le Hénaff et autres, 2008).

En guise de conclusion

La recommandation concernant la prise d'acide folique **durant la grossesse** est généralement bien suivie par les femmes enceintes. Il ressort cependant que la consommation d'acide folique **avant la conception** est moins pratiquée, car un peu moins de la moitié des femmes déclarent l'avoir fait. La contribution du médecin demeure par conséquent essentielle pour assurer une diffusion de l'information relative aux effets bénéfiques de la consommation d'acide folique à toutes les femmes en âge de procréer, et ce, avant qu'elles ne soient enceintes.

Références bibliographiques

AGENCE DE LA SANTÉ PUBLIQUE DU CANADA (ASPC). *Acide folique*. (site Web consulté le 4 février 2009 : www.phac-aspc.gc.ca/fa-af/index-fra.php)

AGENCE DE LA SANTÉ PUBLIQUE DU CANADA (ASPC). *Évaluation de la fortification en acide folique des produits alimentaires pour la prévention primaire des anomalies du tube neural*, Ottawa, ASPC, 2004, 2 p.

AGENCE DE LA SANTÉ PUBLIQUE DU CANADA (ASPC). *Folic Acid and Prevention of Neural Tube defects. Information Update from PHAC-2008*, Ottawa, ASPC, 2008, 2 p.

DE WALIS, Philippe, Fassiatou TAIROU, Manale OUAKKI (coll.) et Martine SIX (coll.). *Impact de la politique d'enrichissement des farines par l'acide folique sur la fréquence des malformations congénitales au Québec*, Québec, Institut national de santé publique du Québec, 2007, 28 p.

DORÉ, Nicole, Danielle LE HÉNAFF et autres. *Mieux vivre avec votre enfant, de la grossesse à deux ans*, Québec, Institut national de santé publique du Québec, 2008, 656 p.

GROUPE D'ÉTUDE CANADIEN SUR L'EXAMEN MÉDICAL PÉRIODIQUE (GECEMP). *Guide canadien de médecine clinique préventive*, n° H21-117/1994F au catalogue, Ottawa, Approvisionnement et Services Canada, 1994, 1136 p.



NEILL, Ghyslaine, Brigitte BEAUVAIS, Nathalie PLANTE et Laura N. HAIEK. *Recueil statistique sur l'allaitement maternel au Québec, 2005-2006*, Québec, Institut de la statistique du Québec, 2006, 92 p.

WILSON, R. Douglas et autres. Supplémentation préconceptionnelle en vitamines/acide folique 2007 : Utilisation d'acide folique, conjointement avec un supplément multivitaminique, pour la prévention des anomalies du tube neural et d'autres anomalies congénitales, *Directive clinique commune SOGC-MOTHERISK*, n° 201 (remplace la directive clinique n° 138), décembre 2007, p. 1014-1026.

Publication : Direction de la santé publique et de l'évaluation
Agence de la santé et des services sociaux de Lanaudière
Responsable de la publication : Dalal Badlissi, M.D, médecin spécialiste en santé communautaire
En collaboration avec : André Guillemette, agent de planification, de programmation et de recherche
Comité de lecture : Chantal Beaulieu, Élisabeth Cadieux, Christine Garand, Abdoul Aziz Gbaya, Louise Lemire, Caroline Richard et Marie-Ève Simoneau
Mise en pages : Micheline Plante
Bulletin disponible sur <http://www.agencelanaudiere.qc.ca>

Dépôt légal : 1^{er} trimestre 2009
ISSN : 1718-9497
Bibliothèque nationale du Canada
Bibliothèque et Archives nationales du Québec

