



WABA | WORLD BREASTFEEDING WEEK
BREASTFEEDING
A KEY TO SUSTAINABLE DEVELOPMENT

1-7
August
2016

هفته جهانی تغذیه با شیرمادر (۷-۱ آگوست ۲۰۱۶)
تغذیه با شیرمادر: کلید توسعه پایدار* (۱۶-۱۰ مرداد ماه ۱۳۹۵)

اهداف:

۱- اطلاع رسانی

اطلاع رسانی به مردم در مورد اهداف توسعه پایدار (SDGs) ۱ و ارتباط آنها با تغذیه با شیرمادر و تغذیه شیرخواران و کودکان خردسال (IYCF) ۲

۲- محکم کردن جایگاه

تثبیت جایگاه تغذیه با شیرمادر به عنوان یک جزء کلیدی توسعه پایدار

۳- طراحی و صیقل دادن

طراحی انواع اقدامات ترویج تغذیه با شیرمادر و تغذیه شیرخواران و کودکان خردسال (IYCF) در تمام سطوح در آغاز دوره توسعه پایدار (SDGs)

۴- تشریک مساعی

جلب مشارکت طیف وسیع تری از مدعیان ترویج، حفاظت و حمایت از تغذیه با شیرمادر برای همکاری

توسعه پایدار اساسا در زمینه اکولوژی، اقتصاد و برابری است. بین هر یک از اهداف توسعه پایدار (SDGs) با تغذیه با شیرمادر ارتباط وجود دارد که در ذیل ذکر می شود:

1-Sustainable Development Goals

2-Infant and young Child Feeding

* این عنوان ترجمه شعار جهانی است ، شعار ملی انتخاب و متعاقبا اعلام خواهد شد.

برخی ارتباط های ممکن بین تغذیه با شیرمادر با هر یک از اهداف توسعه پایدار (SDGs) - تغذیه با شیرمادر : کلید توسعه پایدار		
۱ حذف فقر: تغذیه با شیر مادر راه طبیعی و کم هزینه تغذیه شیرخواران است. برای همه مقرون به صرفه است و در مقایسه با تغذیه مصنوعی هزینه ای به خانواده تحمیل نمی کند. به کاهش فقر هم کمک می کند.	۷ انرژی در دسترس و بدون آلودگی: تغذیه از پستان مادر در مقایسه با صنایع تولید شیرمصنوعی انرژی بسیار کمتری نیاز دارد. همچنین نیاز به آب و چوب و سوختهای فسیلی در منزل ندارد.	۱۲ تولید و مصرف پاسخگو(مسئول): تغذیه با شیر مادر مواد غذایی و تغذیه ای سالم، مداوم، غیرآلوده، پایدار با منبع طبیعی را برای شیرخوار تامین می کند.
۲-به صفر رساندن گرسنگی: تغذیه انحصاری با شیر مادر و تداوم شیردهی به مدت ۲ سال و بیشتر مواد مغذی با کیفیت بالا و انرژی کافی را تامین می کند و می تواند به پیشگیری از گرسنگی، سوء تغذیه و چاقی کمک کند. تغذیه با شیر مادر به معنی امنیت غذایی برای شیرخواران است.	۸ کار مناسب و رشد اقتصادی: زنان شیردهی که بوسیله کارفرمایان حمایت می شوند وظیفه شناس تر و مولد تر هستند. حفاظت مادران و سایر سیاست های حمایتی محل کار می تواند زنان را قادر نماید تا شیردهی را با ایفای نقش و وظایف شان توأم و امکان پذیر نمایند. شغل های مناسب باید نیازهای شیردهی زنان را بویژه برای زنانی که در شرایط مخاطره آمیز هستند، فراهم آورد.	۱۳ تاثیر آب و هوا: تغذیه با شیر مادر سلامت و تغذیه شیرخواران را در زمان های نامناسب بودن آب و هوا و بحران های مربوط به آن بدلیل گرم شدن کره زمین حفاظت می کند.
۳-سلامتی و تندرستی: تغذیه با شیر مادر به طور قابل توجهی سلامت، تکامل و بقای شیرخواران را ارتقا می دهد. به بهبود سلامت و تندرستی مادران در کوتاه مدت و بلند مدت کمک می کند.	 <p>WORLD BREASTFEEDING WEEK 2016 BREASTFEEDING A KEY TO SUSTAINABLE DEVELOPMENT</p>	۱۴ زندگی آبریزان زیر آب: تغذیه با شیر مادر در مقایسه با تغذیه با شیر مصنوعی مواد زاید کمتری تولید و پخش می کند بنابراین آب دریاها و موجودات آبرزی کمتر متاثر و آلوده می شوند.
۴ کیفیت آموزش: تغذیه با شیر مادر و تغذیه تکمیلی مناسب اساس آمادگی برای یادگیری هستند. تغذیه با شیر مادر و تغذیه تکمیلی با کیفیت خوب به طور قابل توجهی به رشد ذهنی و شناختی کمک می کنند و در نتیجه یادگیری را ارتقا می دهند.	۹ صنعت، نوآوری و زیر ساخت ها: با صنعتی شدن و شهرنشینی چالش های وقت و مکان بیشتر خودنمایی می کند. مادران شیرده که در خارج از منزل کار می کنند باید این چالش ها را مدیریت کرده و بوسیله کارفرما، خانواده و جامعه حمایت شوند. مهد کودک نزدیک محل کار، اتاق شیردهی، مرخصی ساعتی شیردهی می تواند بسیار کمک کننده باشد.	۱۵ زندگی روی زمین: تغذیه با شیر مادر در مقایسه با تغذیه با شیر مصنوعی حافظ محیط زیست است. تولید شیرمصنوعی نیاز به مزارع برای چرای گاوها دارد که بر منابع طبیعی اثر نامناسب گذاشته موجب متصاعد شدن کربن و تغییرات آب و هوایی می گردد.
۵ برابری جنسیتی: تغذیه با شیر مادر با برقراری عدالت، منصفانه به تمام کودکان اجازه می دهد تا بهترین شروع زندگی را داشته باشند. شیردهی حق منحصر به فرد مادران است و باید برای تغذیه مطلوب شیرخواران با شیر مادر مورد حمایت جامعه قرار گیرند. مادر با شیردهی احساس خشنودی و توانمندی می کند که اوست که تصمیم می گیرد چگونه کودکش را تغذیه کند	۱۰ کاهش نابرابری: روش های تغذیه با شیر مادر در سراسر جهان متفاوت است. تغذیه با شیر مادر نیاز به حفاظت، ترویج و حمایت در میان همه اقشار و جوامع به ویژه در گروه های فقیر و آسیب پذیر دارد. این موضوع به کاهش نابرابری کمک خواهد کرد.	۱۶ نهادهای قوی صلح و عدالت: تغذیه با شیر مادر در بسیاری از عهد نامه های حقوق بشر و کنوانسیون ها گنجانده و لحاظ شده است. قوانین و سیاست های ملی کشورها برای محافظت و حمایت از مادران شیرده و شیرخواران شان نیاز است تا اطمینان حاصل شود که حقوق آنها مورد حمایت واقع شده و مورد تایید است.
۶ آب سالم و بهداشتی: تغذیه با شیر مادر بر حسب میل شیرخوار تمام آب مورد نیاز او را حتی در آب و هوای گرم فراهم می کند. اما تغذیه مصنوعی نیاز به دسترسی به آب تمیز و تسهیلات بهداشتی دارد.	۱۱ تداوم و پایداری شهرها و جوامع: در هیاهوی شهرهای بزرگ و پرجمعیت مادران شیرده و فرزندان شان نیاز دارند که در همه اماکن عمومی احساس امنیت کرده و مورد استقبال قرار گیرند. در بلایای طبیعی و بحران های انسانی (جنگ، زلزله، سیل و...) زنان و کودکان به طور نامتناسبی متاثر می شوند. در چنین شرایطی زنان باردار و شیرده نیاز به حمایت ویژه دارند.	۱۷ مشارکت برای اهداف تغذیه با شیر مادر: استراتژی جهانی تغذیه شیرخوار و کودک خردسال، همکاری چند بخشی سازمانها، موسسات و افراد مختلف را ترغیب می کند تا برنامه ها و نهضت تغذیه با شیر مادر مورد حمایت های مختلف قرار گرفته و پیشرفت های بیشتری حاصل گردد.

ترجمه: سوسن سعدوندیان، دکتر شهناز علایی، مریم فریور - اداره سلامت کودکان