

هفته جهانی تغذیه با شیرمادر (۷-۱۱ آگوست ۲۰۱۴)

(۱۶-۱۰ مرداد ۱۳۹۳)



Breastfeeding: A winning Goal for life!

شعار جهانی:

تغذیه با شیرمادر: یک عمر سلامتی

شعار کشوری:

به هفته جهانی تغذیه با شیر مادر سال ۲۰۱۴ خوش آمدید.

اهداف توسعه هزاره (MDGs) توسط دولت ها و سازمان ملل متحد به منظور ارزیابی پیشرفت های حاصل از مبارزه با فقر و ارتقا توسعه پایدار و سالم بطور جامع تا سال ۲۰۱۵ تعیین شده است. شعار هفته جهانی تغذیه با شیر مادر امسال به شمارش معکوس برای تحقق MDG پاسخ می دهد و مدعی حفظ و افزایش اهمیت فعالیت های مربوط به ترویج، حفاظت و حمایت از تغذیه با شیر مادر در دستور کار بعد از سال ۲۰۱۵، و مشارکت بسیاری از گروه های مردم در سنین مختلف تا حد ممکن است. در جامعه شما هر جا که ممکن است، پیشرفت ها را می توان بدست آورد و پایدار نمود. برای اینکه این امر تحقق یابد، لازم است آماده باشید، اهداف کلی و اهداف اختصاصی را تعیین کنید، نیروها را متحد کنید و اقدام نمایید! حفاظت، ترویج و حمایت از تغذیه با شیر مادر ... هدف ارزشمندی است و موجب حفظ حیات می گردد.

اهداف هفته جهانی تغذیه با شیر مادر ۲۰۱۴:

- ۱- آگاهی دادن به مردم در مورد اهداف توسعه هزاره و چگونگی ارتباط آنها با تغذیه با شیر مادر و تغذیه شیرخوار و کودک خردسال^۲ (IYCF).
- ۲- نمایش دادن پیشرفتهای حاصله تا کنون و مشکلات اساسی در ارتقا تغذیه با شیر مادر و تغذیه شیرخوار و کودک خردسال
- ۳- جلب توجه در مورد اهمیت افزودن اقدامات حفظ، حمایت و ترویج تغذیه با شیر مادر به عنوان یک مداخله کلیدی در اهداف توسعه هزاره و در دوره بعد از ۲۰۱۵
- ۴- تحریک علاقه جوانان هر دو جنس برای درک ارتباط تغذیه با شیرمادر در جهان رو به تغییر امروز.

¹ Millennium Development Goals

² Infant and Young Child Feeding

چگونه تغذیه با شیر مادر با اهداف توسعه هزاره مرتبط است؟

با حفاظت، ترویج و حمایت از تغذیه با شیر مادر می‌توانید به هر یک از اهداف توسعه هزاره به طریق قابل توجهی کمک کنید. تغذیه انحصاری با شیر مادر و تغذیه تکمیلی کافی، مداخلات کلیدی برای ارتقا بقای کودک است که به طور بالقوه در حفظ حیات حدود ۲۰ درصد از کودکان زیر ۵ سال موثر است. برای پی بردن به چگونگی ارتباط تغذیه با شیر با هر یک از اهداف توسعه هزاره به نکات زیر توجه فرمایید.

هدف ۱ - ریشه کنی فقر و گرسنگی

تغذیه انحصاری با شیر مادر و ادامه تغذیه با شیرمادر به مدت دو سال و فراتر، به دلیل فراهم کردن انرژی کافی و مواد مغذی با کیفیت بالا، می‌تواند به جلوگیری از گرسنگی و سوءتغذیه کمک کند. تغذیه با شیر مادر روشی طبیعی با هزینه اثربخشی بالا برای تغذیه نوزادان و کودکان است. این روش برای عموم مقرون به صرفه بوده و در مقایسه با تغذیه مصنوعی بار مالی به بودجه خانواده تحمیل نمی‌کند.

هدف ۲ - تامین آموزش ابتدائی همگانی

تغذیه با شیر مادر و تغذیه تکمیلی کافی، اساس آمادگی برای یادگیری را فراهم می‌سازد. تغذیه با شیر مادر و غذاهای کمکی با کیفیت مناسب به طور قابل توجهی در تکامل روانی و شناختی و در نتیجه در ارتقا سطح یادگیری نقش دارد.

هدف ۳ - ارتقای عدالت جنسیتی و توانمند سازی زنان

تغذیه با شیر مادر فرصت بزرگی برای هر کودک جهت شروع عادلانه زندگی محسوب می‌شود. در برخی نقاط جهان بیشترین تفاوت رشد در دو جنس هنگامی آغاز می‌شود که تغذیه تکمیلی به رژیم غذایی کودک اضافه می‌شود و در این هنگام برتری جنسیتی در تغذیه بروز می‌کند. تغذیه با شیر مادر حق هر مادر است و باید از طرف جامعه از طریق وضع قوانین حامی مادران مورد حمایت قرار گیرد.

هدف ۴ - کاهش مرگ و میر کودکان

مرگ و میر کودکان تا ۱۳٪ فقط با ارتقا تغذیه با شیر مادر و تا ۶٪ با ارتقا تغذیه تکمیلی مناسب بسهولت کاهش می‌یابد. به علاوه ۶۰-۵۰٪ از مرگ و میر کودکان زیر ۵ سال با سوء تغذیه مرتبط است که علت عمده آن تغذیه تکمیلی ناکافی بدنبال عملکرد ضعیف تغذیه با شیرمادر است.

هدف ۵ - بهبود سلامت مادران

تغذیه با شیر مادر با کاهش خونریزی پس از زایمان و کاهش سرطان پستان، تخمدان، آندومتر و پوکی استخوان همراه است. هم چنین به فاصله‌گذاری بین تولدها و کاهش خطرات ناشی از حاملگی‌های نزدیک به هم برای مثال کم خونی کمک می‌کند.

هدف ۶- مبارزه با HIV/ایدز ، مالاریا و سایر بیماریها

تغذیه انحصاری با شیر مادر به همراه درمان ضد رترو ویروسی مادر و کودک می تواند احتمال انتقال HIV از مادر به فرزند را به سطح بسیار پایین تنزل دهد. مهمتر آنکه تغذیه با شیرمادر میزان مرگ نوزادان در معرض HIV را بخاطر افزایش میزان بقا و زندگی عاری از HIV کاهش می دهد.

هدف ۷- تضمین پایداری محیط زیست

تغذیه با شیر مادر در مقایسه با تغذیه مصنوعی فواید زیر را دارد : تولید کمتر زباله های صنعتی، زباله های دارویی، زباله های پلاستیکی و آلومینیومی و کاهش استفاده از چوب و سوخت های فسیلی. از طریق تغذیه با شیرمادر، یک منبع طبیعی تغذیه سالم، با دوام و پایدار ، و غیر آلوده خواهیم داشت.

هدف ۸- گسترش مشارکت جهانی برای توسعه

"استراتژی جهانی تغذیه شیرخوار و کودکان خردسال" همکاری چند بخشی را ترویج می کند و می تواند از طریق برنامه های تغذیه با شیرمادر و تغذیه تکمیلی، مشارکت های بسیاری را برای حمایت از توسعه فراهم نماید.

برخی حقایق در مورد اهداف توسعه هزاره :

- هدف از اعلام " اهداف توسعه هزاره " مبارزه با فقر و ترویج سلامتی و توسعه پایدار است.
 - در سال ۲۰۰۰ میلادی رهبران جهان در نشست سران سازمان ملل در نیویورک درباره توسعه طرحی مورد توافق تمام کشورها و نهادهای توسعه گرد هم آمدند.
 - آنها متعهد به کاهش فقر شدید و تنظیم هشت هدف توسعه هزاره شدند .
 - اهداف ۴ و ۵ و ۶ توسعه هزاره در ارتباط با سلامت می باشند.
 - دستیابی به اهداف توسعه هزاره تا سال ۲۰۱۵ باید توسط دولتها تحقق یابد. فرایند دستیابی به اهداف، به عنوان شمارش معکوس خوانده می شود.
- برای اطلاعات بیشتر در مورد شمارش معکوس تا سال ۲۰۱۵ به ادرس زیر مراجعه کنید:

<http://www.countdown2015mnch.org>

ما امروز کجا هستیم ؟

گرچه پیشرفت های زیادی صورت گرفته است، اما هنوز هم " کارهای ناتمام " زیادی وجود دارد که نیازمند توجه فوری دولتها است. به عنوان مثال:

- فقر کاهش یافته ، اما یک هشتم مردم هنوز هم گرسنه به بستر می روند.
- کماکان حدود یک چهارم از تمام کودکان در سطح جهان مبتلا به سوءتغذیه هستند.

- اضافه وزن / چاقی، شکل دیگری از سوء تغذیه است که شیوع آن در حال افزایش است و این خطر با تغذیه مصنوعی افزایش می‌یابد.
- در طول دو دهه گذشته، مرگ و میر کودکان به حدود ۴۰ درصد کاهش یافته است اما هنوز هم سالانه حدود ۷ میلیون کودک زیر پنج سال در اثر بیماری‌های قابل پیشگیری می‌میرند.
- پیشرفت‌ها در دستیابی به اهداف مختلف MDG آهسته است، و تفاوت زیادی بین مناطق مختلف وجود دارد.
- علی‌رغم کاهش میزان کلی مرگ و میر کودکان زیر پنج سال، نسبت مرگ و میر نوزادان (در طول ماه اول زندگی) رو به افزایش است.
- مرگ و میر مادران از ۴۰۰ در ۱۰۰ هزار تولد زنده در سال ۱۹۹۰ به ۲۱۰ مورد در ۱۰۰ هزار در سال ۲۰۱۰ کاهش یافته است.
- فقط نیمی از زنان باردار در مناطق در حال توسعه (به خصوص کشورهای جنوب صحرای آفریقا) حداقل ۴ ویزیت توصیه شده قبل از تولد را دریافت می‌کنند.

فرماندار ایالت لاگوس بنام Babatynde Fashola از مادران درخواست کرد تا به وسیله تغذیه انحصاری با شیر مادر و فاصله گذاری بین تولدها، نرخ بالای مرگ و میر شیرخواران را در نیجریه کاهش دهند. او گفت که مادران در کاهش مرگ و میر کودکان در کشور نقش دارند: "تغذیه انحصاری با شیر مادر به مدت ۶ ماه و فاصله گذاری مناسب بین تولدها به کودکان کمک خواهد کرد تا سالم‌تر رشد کنند. تغذیه با شیر مادر کلید بقای کودک و ضامن سلامت و تکامل مغز وی است". Adewale Oke مدیر ارشد بیمارستان دانشگاه ایالتی لاگوس (LASUTH) در Ikeja گفت: نیجریه در میان کشورهایایی که بالاترین رتبه مرگ و میر نوزادان را دارند در رتبه دوم قرار دارد. این نرخ می‌تواند از طریق مراقبت‌های کافی مانند تغذیه انحصاری با شیر مادر، ایمن سازی و شیوه زندگی سالم کاهش یابد. او از پدران خواست تا همسر خود را شیردهی تشویق کنند و تغذیه شیرخواران با شیر مادر را با موفقیت همراه سازند. منبع:

Nigeria: fashola tasks mothers on family planning, 15 April 2014, see:
<http://allafrica.com/stories/201404160145.html>

از اهداف توسعه هزاره مرتبط با سلامت چه درس‌هایی می‌آموزیم؟

رسیدن به هدف می‌تواند چالش برانگیز باشد، ما گاهی اوقات ما به اهدافمان می‌رسیم و برخی موارد نمی‌توانیم. اما این فرآیند فرصتی برای یادگیری و درس گرفتن فراهم می‌کند. در اینجا به برخی درس‌هایی که از اهداف توسعه هزاره در بهداشت گرفته ایم اشاره می‌کنیم.

موفقیت‌ها:

- مباحث در سطوح بالا (از دیدگاه سیاسی) مطرح شده‌اند.
- سازمان‌های مردمی بیشتری درگیر شده‌اند. (جامعه مدنی بسیج شده است).
- پول بیشتری برای بهداشت در دسترس قرار گرفته است.
- نتایج بهداشتی در حال ارتقا است. (ارتقا قابل توجه در نتایج بهداشتی در کشورهای با درآمد کم و متوسط حاصل شده است).

نواقص (کاستی‌ها):

- فاصله طبقاتی بین فقیر و غنی در حال افزایش است (عدم تمرکز بر برابری)
- رویکرد مبتنی بر حقوق بشر از بین رفته است.
- روند اهداف توسعه هزاره (MDG) یک فرآیند نزولی (top-down) است.
- رویکرد فنی سریع- ثابت (quick-fix) را ترغیب می‌نماید و تنها بر بیماریهای مسری متمرکز است.
- رویکرد ادغام یافته بین سلامت و بخش‌های دیگر توسعه وجود ندارد (بعنوان مثال محیط، تغییرات آب و هوا، فقر، آموزش، عدالت جنسیتی)

اجازه دهید این درس‌ها را به ذهن بسپاریم و ببینیم چگونه تغذیه با شیر مادر می‌تواند به پیشرفت اهداف توسعه هزاره و توسعه پایدار و برنامه‌های بعد از سال ۲۰۱۵ کمک کند.

تغذیه با شیر مادر به نجات جان انسانها کمک می‌کند و برای سلامت مادران نیز مفید است!

آنچه کارشناسان توصیه می‌کنند:

- ✓ شروع تغذیه با شیر مادر ظرف ساعت اول تولد،
- ✓ تغذیه انحصاری با شیر مادر برای ۶ ماه اول زندگی،
- ✓ تداوم تغذیه با شیر مادر برای دو سال یا بیشتر همراه با غذای تکمیلی کافی از سن ۶ ماهگی

فکر کنید در مورد اینکه :

- علل اصلی مرگ کودکان در کشور چیست ؟ ، عوامل زمینه‌ای برای این‌ها چه هستند؟
- چند درصد از شیرخواران در کشور قادر به شروع تغذیه با شیر مادر ظرف ساعت اول تولد و تغذیه انحصاری با شیر مادر تا پایان ۶ ماهگی هستند؟ چگونه این موارد در طول ۱۰ سال گذشته تغییر کرده است؟

- موانع اصلی تغذیه انحصاری با شیرمادر در محیط های کار چیست؟ آیا مکانی وجود دارد که به خانم های شاغل کمک کند تا پس از بازگشت به کار شیردهی را ادامه دهند؟
- آیا مادران شیرخواران شان را با شیر خود تغذیه می کنند یا خیر، و اینکه چگونه قادر خواهند بود غذاهای تکمیلی کافی را که به شدت تحت تاثیر فاکتورهای اجتماعی اقتصادی و فشارهای تبلیغاتی و فرهنگی و شرایط محل زندگی شامل بحرانها و موارد اضطراری مزمن بهداشتی هستند را فراهم کنند .

حالا نیازها چیست و چرا؟

نیل به اهداف توسعه هزاره (بویژه هدف چهارم و پنجم) نیاز هر چه بیشتر به تغذیه بلافاصله پس از تولد با شیر مادر ، تغذیه انحصاری و تداوم تغذیه با شیر مادر دارد. تغذیه با شیر مادر نیازمند حفظ ، حمایت و ارتقا از طریق همه آحاد جامعه است. ما نیاز به دستیابی به موفقیت ها و رفع کاستی ها در فرآیند اهداف توسعه هزاره داریم. اجازه دهید به ازاء هر کمبود ، یک پاسخ داشته باشیم ، یک پاسخ از طریق تغذیه با شیر مادر !

- **عدم برابری؟** بر حفاظت و حمایت از تغذیه با شیر مادر در آسیب پذیر ترین اقشار اجتماعی تمرکز کنیم.
- **عدم رویکرد پائین به بالا؟** سهم کردن مردم و سیاستگذاری و برنامه ریزی متمرکز بر مشارکت های مردمی برای حفظ ، حمایت و ترویج تغذیه با شیر مادر
- **عدم تمرکز بر حقوق بشر؟** استفاده از چارچوب حقوق بشر برای حفظ، حمایت و ترویج تغذیه با شیر مادر
- **عدم ادغام با سایر بخش های توسعه؟** پیوند تغذیه با شیر مادر با مسائل بزرگتر توسعه مانند فقر، جنسیت و تغییر محیط زیست و آب و هوا.

✓ حفاظت: protection:

به معنی اطمینان از آن است که مادران و خانواده های شان اطلاعات واقعی و علمی دریافت کنند به گونه ای که مستقل از منافع بخش های تجاری مثل صنایع غذایی کودک باشد. اجرا و پایش کد بین المللی بازاریابی جانشین شونده های شیر مادر و قطعه نامه های مرتبط بعدی سازمان جهانی بهداشت، به حفاظت از تغذیه با شیر مادر کمک خواهد کرد.

✓ ترویج: promotion:

به معنی اطلاع رسانی و ارتقا سطح آگاهی در مورد اهمیت تغذیه با شیر مادر و برانگیختن مردم برای عمل است. هفته جهانی تغذیه با شیر مادر نمونه ای از افزایش آگاهی عموم و ترویج تغذیه با شیر مادر است.

✓ حمایت : support

به معنی فراهم کردن دسترسی به اطلاعات، کمک های بالینی و مشاوره و حمایت های عملی و عاطفی از مادران است برای اینکه آنها را توانمند کنیم در هر کجا که هستند تغذیه با شیر مادر را شروع کنند، مدیریت نموده و تداوم بخشند. حفاظت از حقوق مادران می تواند برای تداوم شیردهی به مادران شاغل کمک کند.

نجات جان انسان ها

چگونه تغذیه با شیر مادر جان انسانها را نجات می بخشد ...

تغذیه انحصاری با شیر مادر (فقط شیر مادر و نه هیچ چیز دیگری) در ۶ ماه اول بویژه بسیار مهم است زیرا:

- ❖ چنانچه شیرخواران در ۶ ماه اول عمر تغذیه انحصاری با شیرمادر داشته باشند، ۱۱-۱۳٪ کل مرگهای کودکان (سنین زیر ۵ سال) قابل پیشگیری است.
- ❖ ۶٪ دیگر از مرگهای سنین زیره سال از طریق تغذیه تکمیلی به موقع، سالم و کافی قابل پیشگیری است. شیرخوارانی که با شیر مادر تغذیه نمی شوند ۷ برابر بیشتر در معرض خطر مرگ از اسهال و ۵ برابر بیشتر در معرض خطر مرگ از پنومونی قرار دارند در مقایسه با شیرخوارانی که به طور انحصاری با شیر مادر تغذیه می شوند.
- ❖ در گزارش سازمان یونیسف در مورد کودکان جهان در سال ۲۰۱۲ این مطلب با اهمیت ویژه ذکر شده است که تنها ۳۷٪ از ۱۳۴،۶ میلیون شیرخوار متولد شده در سراسر دنیا در ۶ ماه اول عمر تغذیه انحصاری داشته اند. این کاستی شانس زنده ماندن و تکامل سالم تقریباً ۸۵ میلیون شیرخوار را به مخاطره می اندازد.
- ❖ به طور مشابه تنها ۶۰٪ شیرخواران تغذیه تکمیلی را در سنین بین ۶ تا ۹ ماهگی شروع کرده اند. این بدان معنی است که میلیونها کودک خیلی زودتر یا خیلی دیرتر از موعد مناسب تغذیه تکمیلی دریافت کرده اند.
- ❖ تغذیه با شیر مادر بارها و بارها به عنوان موثرترین راه پیشگیری از مرگ شیرخواران تعیین شده است. تغذیه با شیر مادر نقش مهمی در سلامت و تکامل کودکان بازی می کند و فواید قابل توجهی برای سلامت مادران دارد.
- ❖ تغذیه زودرس و انحصاری با شیر مادر سلامت نوزادان را ارتقاء بخشیده و از مرگ نوزادان که سهم عمده ای از مرگ شیرخواران را تشکیل می دهد، می کاهد.

ارتباط بین تغذیه با شیرمادر با مسایل بزرگتر توسعه

فقر و تغذیه با شیر مادر

حفظ، حمایت و ترویج تغذیه با شیر مادر در مبارزه با فقر که اولین هدف MDG است بسیار اهمیت دارد. تغذیه با شیر مادر اثرات فقر شدید را با تامین غذا و تغذیه سالم و پایدار، سلامت و امنیت عاطفی برای ضعیف ترین و درمانده ترین اقشار جامعه، نوزادان و کودکان خردسال کاهش می دهد. هزینه های تغذیه با شیر مادر بسیار کمتر از هزینه های جایگزین های شیر مادر مثل شیرمصنوعی است که بیش از دو سوم درآمد خانواده صرف آن می شود. علاوه بر هزینه های شیر مصنوعی، مادر نیاز به بطری، سرشیشه، تجهیزات و سوخت برای استریل کردن و همچنین هزینه های حمل و نقل و درمان شیرخوار هنگام بیماری دارد.

سوال: هزینه تامین شیرمصنوعی برای مدت ۶ ماه تغذیه شیرخوار چقدر است؟
آیا تغذیه با شیر مادر بخشی از دستور کار امنیت غذایی در کشور هست؟

تغذیه با شیر مادر یک مسئله حقوق بشر است

حفظ و حمایت از تغذیه با شیر مادر به قدری اهمیت دارد که در چند سند حقوق بشر درج شده است. کنوانسیون حقوق کودک^۳ (CRC) حق کودک را برای برخورداری از بالاترین سطح استاندارد قابل دسترس سلامت بیان می کند که تغذیه با شیر مادر پایه و اساس آن است. این تعهدی برای دولت و جامعه بعنوان یک مجموعه واحد ایجاد می کند تا شرایط مطلوب برای تغذیه با شیرمادر را فراهم کرده و موانع آن شامل انواع روشهای مختلف ترویج جانشین شونده های شیر مادر، بطری و سر شیشه را که در کد بین المللی بازاریابی جانشین شونده های شیر مادر و قطعنامه های بعدی مجمع جهانی بهداشت ذکر شده است را برطرف نمایند. به لحاظ حمایت از حقوق شیردهی زنان مطابق کنوانسیون رفع کلیه اشکال تبعیض علیه زنان^۴ (CEDAW): " دولت ها باید اطمینان حاصل کنند که آموزش خانواده، درک صحیحی از نقش مادری را به عنوان یک وظیفه اجتماعی دربر می گیرد ". این شامل حفاظت زنان در مقابل اخراج به دلیل بارداری یا مرخصی زایمان و حصول اطمینان از دسترسی زنان به خدمات مناسب دوران بارداری، بستری و دوره پس از زایمان، از جمله تغذیه مناسب دوران بارداری و شیردهی می شود. بنابراین چارچوب حقوق بشر فرصتی را برای ما فراهم می کند تا به دولت ها نزدیک شویم و پیشنهاد های عملی به آنها ارائه کنیم تا با اتخاذ اقدامات لازم تعهدات خود را طبق اسناد حقوق بشر به اجرا درآورند. نهادهایی که نظارت بر اجرای کنوانسیون را به عهده دارند (کمیته CRC و EDAW) نیز می توانند سهمیم شوند تا اطمینان حاصل کنند که پیشرفت ها در تحقق حقوق مادر و شیرخوار برای تغذیه با شیر مادر را پایش می کنند و در صورتی که اقدامات دولت ناکافی باشد، توصیه های مناسب را ارائه نمایند.

³ Convention of the Rights of the Child

⁴ Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination Against Women

سوال: آیا اقدامات دولت برای حفظ، تحقق و احترام گذاشتن به حقوق مادر و شیرخوار برای تغذیه با شیرمادر در کشور و جامعه کافی بوده است؟ و اگر نه، حلقه مفقوده چیست؟

و یک مسئله پایدار محیط زیست

در ارتباط با نسل های آینده ، موضوع تغییرات آب و هوایی ناشی از تغییرات غیر قابل تحمل صنعتی، کشاورزی و شیوه زندگی مطرح می شود. برای حفظ، حمایت و ترویج تغذیه با شیر مادر باید هم جوانان و هم پدربزرگ ها و مادربزرگ ها مشارکت نمایند. آنها نیازهای نسل های آینده را مورد توجه قرار می دهند. تغذیه با شیر مادر یک انتخاب "سبز" زیست محیطی است و دولت ها و سیاستگذاران باید متقاعد شوند تا جهت کاهش میزان تغذیه با بطری به لحاظ تاثیر منفی تغذیه مصنوعی و اثرات مثبت تغذیه با شیر مادر بر محیط زیست، اقدامات کافی انجام دهند.

سؤال: چه تلاش هایی از سوی دولت و سازمان های دیگر در کشور انجام شده است تا تغذیه با شیر مادر را به عنوان یک انتخاب سبز معرفی کند؟ آیا دولت کد بین المللی بازاریابی جانشین شونده های شیر مادر را به طور کامل اجرا می کند؟

جنسیت و تغذیه با شیر مادر

زمینه بین المللی سلامت و تغذیه، پویایی جنسیتی را بعنوان یک تعیین کننده اجتماعی عمده در پیامدهای سلامت و تغذیه شناخته است که بر اهداف توسعه هزاره تاثیر دارد. جنسیت به تفاوت های ساختاری اجتماعی و روابط بین زنان و مردان اطلاق می شود که آموختنی است و نه بیولوژیکی. این تفاوت ها به طور گسترده ای در میان جوامع و فرهنگ های مختلف، متفاوت است و با گذشت زمان تغییر می کند. واژه "جنسیت" برای توصیف صفات متفاوت مردانه و زنانه استفاده می شود. این صفات تمامی نقش ها، مسئولیت ها، محدودیت ها، فرصت ها و نیازهای زن و مرد را در تمام زمینه های زندگی و نقش های اجتماعی که می پذیرند تحت تاثیر قرار می دهد. نشان داده شده است که نابرابری های جنسیتی، اعمال زور و خشونت که نابرابری های جنسیتی را تداوم می بخشد تاثیر مستقیم بر افسردگی مادر و مراقبت مادرانه و میزان مرگ و میر مادر و شیرخوار دارد و این نیز تاثیر مستقیم بر شیوه تغذیه با شیر مادر در خانواده دارد. پدران نقش مستقیمی در حمایت از تغذیه با شیر مادر در خانواده و فضاهای عمومی دارند.

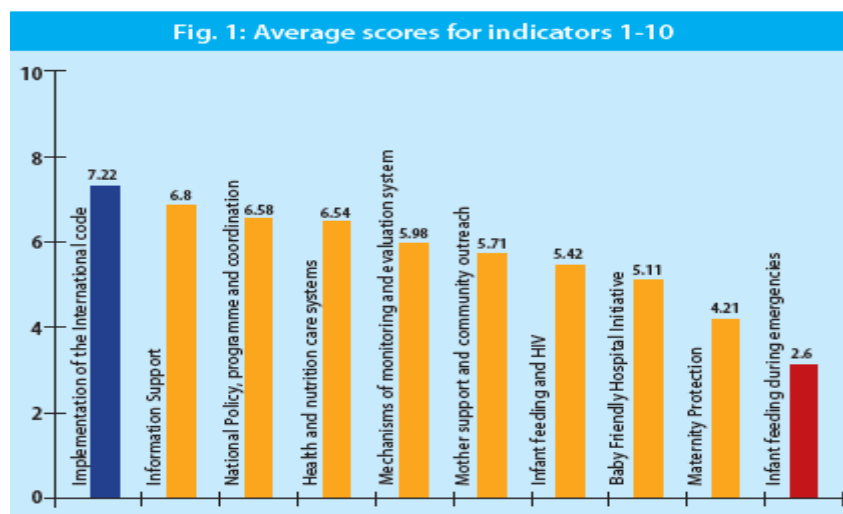
سوال: پدر چگونه می تواند از مادر حمایت کند تا اعتماد به نفس لازم برای تغذیه انحصاری با شیر مادر به مدت ۶ ماه و تداوم تغذیه با شیرمادر به مدت ۲ سال یا بیشتر را کسب کند؟ مادربزرگ چگونه می تواند از دختر و عروس خود برای تغذیه با شیر مادر حمایت کند ؟

چارچوب جامع برای عمل

در حال حاضر "استراتژی جهانی تغذیه شیرخوار و کودک خردسال"^۵ (WHA-GSIYCF مصوبه سال ۲۰۰۲) بعنوان یک چارچوب سیاست جامع بین المللی برای تسهیل تغذیه مطلوب با شیر مادر محسوب می شود. استراتژی جهانی تغذیه شیرخوار و کودک خردسال در چندین بیانیه بین المللی سیاستگذاری ریشه دارد، و دارای راهنماهای برنامه ریزی و ابزارهای اجرایی است. اما فقدان تعهد بین المللی جهت تامین منابع انسانی و مادی لازم مانع اجرای گسترده این چارچوب سیاستگذاری است. بعلاوه بسیاری از طرح های این استراتژی، از طریق صنعت تامین می شود و این بطور بالقوه زمینه ای را برای تضاد منافع فراهم می کند. جهت کسب اطلاعات بیشتر در مورد علاقمندی ها و تضاد منافع به آدرس <http://www.ibfan.org/art/538-1.pdf> مراجعه کنید.

گزارش روند جهانی تغذیه با شیر مادر^۶ (WBTi) که از مستندات ۵۱ کشور تهیه شده، کمبود های موجود در ۱۰ موضوع سیاستگذاری و برنامه ریزی در اجرای "استراتژی جهانی تغذیه شیرخوار و کودک خردسال" را بطور مستند ارائه می کند. هیچ یک از ۵۱ کشور استراتژی جهانی را به طور کامل اجرا نکرده اند. میانگین امتیازات در دامنه ای از ۲٫۵۶ برای تغذیه شیرخوار در مواقع بحران تا ۷٫۲۱ برای اجرای کد بین المللی بازاریابی جانشین شونده های شیرمادر متغیر است. گزارشات کشوری WBTi، به عنوان منبع اطلاعات برای تهیه گزارش اجرای کشوری کد بین المللی بازاریابی جانشین شونده های شیر مادر تحت عنوان؛ "گزارش وضعیت سال ۲۰۱۱" توسط سازمان جهانی بهداشت استفاده شده است.

شکل ۱: میانگین امتیازات برای ۱۰ شاخص سیاستگذاری و برنامه ریزی در اجرای "استراتژی جهانی تغذیه شیرخوار و کودک خردسال"



⁵ Global Strategy on Infant and Young Child Feeding

⁶ World Breastfeeding Trends Initiative

همانطور که در تصویر ملاحظه می گردد میانگین امتیازات برای ۱۰ شاخص سیاستگذاری و برنامه ریزی در اجرای "استراتژی جهانی تغذیه شیرخوار و کودک خردسال" بقرار زیر است :

۱. اجرای کد بین المللی بازاریابی جانشین شونده های شیرمادر : ۷,۲۲
۲. اطلاعات حمایتی : ۶,۸
۳. سیاست ملی، برنامه و هماهنگی : ۶,۵۸
۴. سیستم مراقبت بهداشتی و تغذیه ای : ۶,۵۴
۵. مکانیزم های پایش و سیستم ارزیابی : ۵,۹۸
۶. حمایت مادر و توسعه جامعه : ۵,۷۱
۷. تغذیه شیرخوار و HIV : ۵,۴۲
۸. بیمارستان دوستدار کودک : ۵,۱۱
۹. حفاظت از مادران : ۴,۲۱
۱۰. تغذیه شیرخوار در بحرانها : ۲,۶

چه کاری می توان برای حفظ، حمایت و ترویج تغذیه با شیر مادر در ارتباط با اهداف توسعه هزاره، انجام داد؟

کار به عنوان یک تیم:

متحدان خود و هم تیمی ها را شناسایی کنید، اهداف مشترک تعیین کنید، نقش ها را شناسایی نمایید، برنامه های آموزشی مورد نیاز را تهیه کنید، نیازهای فردی را تعیین نمایید، استراتژی خود را آماده سازید، طرح خود را اجرا کنید، پیشرفت ها را ارزیابی کنید، موفقیت ها را جشن بگیرید و ارزیابی پس از آنرا انجام دهید و برای پیگیری فعالیتهای آتی از آن درس بگیرید.

ائتلاف نیروها

- متحدان بالقوه خود را پیدا کنید.
- به گروه های دیگری که در مورد حقوق بشر، توسعه پایدار، تغییر محیط زیست / آب و هوا، جنس، شرایط کار (به عنوان مثال اتحادیه های کارگری) و غیره ... فعالیت می نمایند ، بپیوندید.
- آنچه را که در دستور کار مشترک شما می تواند باشد ، جستجو کنید.

آماده سازی

- خود و تیم تان را آماده کنید.
- وضعیت تغذیه با شیر مادر در منطقه خود را (روستا / شهر / شهرستان / استان / کشور / منطقه) جستجو و مشخص کنید .

- از پایگاه های داده های موجود، بررسی ها، داده های نظارت، مصاحبه با زنان و کارکنان بهداشتی استفاده کنید.
- شکاف ها را تحلیل و چالش ها را درک کنید.

تعیین اهداف و برنامه ریزی برای عمل

در اینجا به برخی ایده ها برای اقدام در ارتباط با سطحی که در آن کار می کنید، توجه نمایید :

اقدامات در سطح خانه و جامعه :

- یک کمپین برای گردهم آوردن جوانان و پدربزرگ ها و مادربزرگ ها با موضوع تغذیه با شیر مادر و تغذیه شیرخوار/ و کودک اجرا کنید. چه مسائلی این نسلی را جذب می کند ؟
- نامه ای به تصمیم گیرندگان و کارفرمایان محلی در مورد اینکه چگونه می توانند به حفظ، حمایت و ترویج تغذیه با شیرمادر کمک کنند، بنویسید.
- گروه های حامی مادران می توانند شعار روزهای مختلف را سازماندهی کرده و از گروههای دیگر جامعه بخواهند که به آنها بپیوندند. به گروه های دیگر علاقه مند به موضوع مواد غذایی و تغذیه و یا بیماری های مزمن مانند چاقی، دیابت و فشار خون بالا که تغذیه با شیر مادر به پیشگیری از آنها کمک می کند، می توانید ملحق شوید.
- یک گروه مشاوره مردمی ایجاد کنید. برای آموزش خود و توانمند سازی دیگران تلاش کنید.

اقدامات در سطح مراقبت های بهداشتی:

- سمینارها و جلسات آموزشی برای کارکنان مراقبت های بهداشتی در تمام سطوح سازماندهی کنید .
- گسترش بیمارستانهای دوستدار کودک و مراقبت های دوستدار مادر را در تسهیلات بهداشتی منطقه خود ترویج و ارتقا دهید.
- اطمینان حاصل کنید که سیاست جلوگیری از نفوذ صنعت در تسهیلات مراقبت بهداشتی، بیمارستان ها، تحقیقات و غیره وجود دارد.
- با سازمان های ارائه دهنده کمک های بشر دوستانه برای اطمینان از حفظ و حمایت از تغذیه با شیر مادر در اردوگاه های پناهندگان و در میان دیگر جمعیت های آسیب پذیر به عنوان مثال، جوامع در معرض HIV / AIDS کار کنید.
- رسانه های محلی را مشارکت دهید و مطالب مطبوعاتی در مورد شعار سال هفته جهانی شیرمادر برای آنها بفرستید.

اقدامات در سطح محیط کار :

- ارتقاء قانون و سیاست های حمایتی مادران در راستای کنوانسیون بین المللی کار (C183, ILO) را ترویج کنید.
- محل های کار دوستدار مادر را با دفاع از مرخصی ساعتی در طول ساعات کاری برای شیردهی، ایجاد مهد کودک، تسهیلات لازم برای تغذیه با شیر مادر / ویا دوشیدن شیر در محل کار ترویج کنید.
- با اتحادیه های کارگری و انجمن های بخش غیر رسمی برای گسترش دامنه حمایت از مادران به سایر بخش هایی که زنان در آنها اشتغال دارند(مثل بخش غیر رسمی، کارگران مهاجر، کارگران کشاورزی و غیره) کار کنید.

اقدامات جوانان

- مدارس و گروه های جوانان می توانند از طریق شعارهای روزهای مختلف کمپین، بیشتر در مورد اهداف توسعه هزاره و تغذیه با شیر مادر بیاموزند.
- نمایشنامه / تئاتر و پروژه های چند رسانه ای در مورد تغذیه با شیر مادر و اهداف توسعه هزاره اجرا کنید.
- در مورد جشن تغذیه با شیر مادر داستان و شعر بنویسید.
- برای نشان دادن موقعیت هایی که در آنجا تغذیه با شیر مادر واقعا یک تلاش گروهی است، مسابقه عکس ترتیب دهید.
- با فعالیت های خلاقانه مربوط به تغذیه با شیر مادر عموم مردم را بسیج کنید.

اقدامات ملی و بین المللی

- از وضعیت سیاست تغذیه شیرخواران و کودکان خردسال (IYCF) و عملکردها، ارزیابی های کشوری با استفاده از ابزار WBTi و ابزارهای دیگر اجرا کنید.
- تحقیقات / بررسی های در جامعه خود برای پیدا کردن موانع موجود در برابر تغذیه با شیر مادر اجرا کنید
- سمینارهای ملی برای حمایت از تغییرات در قوانین و برنامه های کلیدی تغذیه با شیر مادر را سازمان دهی کنید.
- از اتخاذ سیاست های قوی تر برای حمایت از تغذیه با شیر مادر دفاع کنید.
- اجرای کد بین المللی بازاریابی جانشین شونده های شیرمادر، و قانون ملی خود را پیش کنید.
- با سامانه های نرم افزاری و سازمان های غیر دولتی بین المللی با دستور کار مشترک شامل تغذیه با شیر مادر و فعالیتهای تغذیه کودک خردسال (IYCF) پس از سال ۲۰۱۵ کار کنید.

می خواهید در مورد اهداف توسعه هزاره بیشتر بدانید؟

- در مورد شمارش معکوس و چالش های اهداف توسعه هزاره بیشتر بخوانید، به آدرس ذیل مراجعه کنید:
<http://www.countdown2015mnch.org/documents/2012Report/2012-Complete.pdf>
- در مورد درس ها و تجارب آموخته شده از مناطق و کشورهایی که پیشرفت کرده اند، به آدرس ذیل مراجعه کنید:

<http://www.countdown2015mnch.org/reports-and-articles/2013-report>

- هدف ۶۸ کشور منطقه (جنوب صحرای آفریقا و آسیای جنوبی) و کشورهای که در اینجا هستند را ببینید :
<http://www.countdown2015mnch.org/country-profiles>

ترجمه : سوسن سعدوندیان، دکتر شهناز علایی، مریم فریور، نسرين همایونفر

اداره سلامت کودکان، دفتر سلامت جمعیت خانواده و مدارس