

أخصائي التغذية

يلعبون دوراً رئيسياً في تحديد الخيارات الغذائية، وتحسين الحالة التغذوية، وتوفير التدخل الوقائي والعلاجي لكل من الحالات العامة والطارئة.

فوائد الرضاعة الطبيعية:

الرضاعة الطبيعية مهمة لأنها تعتبر طريقة منخفضة التكلفة لتوفير أفضل تغذية للطفل. وتحمي الطفل من الأمراض الشائعة على المدى القصير والبعيد. وتقلل من خطر الإصابة بالسرطان وأمراض أخرى لدى الأم. إن تكاليف عدم الرضاعة الطبيعية كبيرة على مستوى الأسر والدول. كما تُعتبر الرضاعة الطبيعية أيضاً قراراً مراعيًا للاعتبارات المناخية وعامل أساسي لتحقيق أهداف التنمية المستدامة.

توصي منظمة الصحة العالمية، وصندوق الأمم المتحدة للطفولة بما يلي:

- البدء المبكر بالرضاعة الطبيعية خلال الساعة الأولى من الولادة.
- الاقتصار على الرضاعة الطبيعية للأشهر الستة الأولى من الحياة.
- الاستمرار في الرضاعة الطبيعية حتى عمر سنتين مع إدخال الأطعمة (الصلبة) المكتملة الآمنة والكافية غذائياً عند عمر 6 أشهر.

تضع الحلقة الدافئة ثنائي الرضاعة الطبيعية (الأم والطفل) ضمن أولوياتها وتتبع مسار الجدول الزمني لأول 1000 يوم. وتسعى جاهدة لربط مختلف الجهات الفاعلة من خلال تنسيق الجهود على جميع المستويات لتوفير سلسلة متصلة من الرعاية. قد تكون كل جهة أو صلة في الحلقة الدافئة بالفعل جزءاً من مبادرة موجودة مثل المستشفى صديق الطفل أو برنامج صحة المجتمع. سيسنقيد ثنائي الرضاعة الطبيعية (الأم والطفل)، من خلال الرسائل المتسقة ونظم الإحالة المناسبة من جميع أعضاء الحلقة الدافئة، من الدعم المستمر والاستشارة المتخصصة بالرضاعة الطبيعية. بعد ذلك يتم تمكين جميع الأمهات لتجربة الرضاعة الطبيعية تجربة أكثر إرضاءً وفعالية. ستساعد الحلقة الدافئة في بناء بيئة مواتية للرضاعة الطبيعية وواقية من تأثير شركات الحليب الصناعي.



كأخصائي تغذية، يمكنك دعم الرضاعة الطبيعية بطرق عديدة

6. تمكين الأمهات من خلال وضع استراتيجيات تمكنهم من الجمع بين الرضاعة الطبيعية والعمل .
7. العمل مع الآخرين لضمان استمرارية الرعاية للنثائي (الأم والرضيع) .
8. رفض أي هدايا أو عينات أو رعاية أو عروض لتרכيبة حليب الرضع أو الزجاجات أو الحلطات من الشركات .
9. كيف يمكنك أيضًا حماية الرضاعة الطبيعية وتعزيزها ودعمها؟

1. التطرق الى الرضاعة الطبيعية عند معالجة الحالة التغذوية، لاسيما في الأزمات الإنسانية .
2. التصدي للعقبات التي تحول دون الرضاعة الطبيعية المثلى من خلال تغيير السلوك والتواصل .
3. إدراج الرضاعة الطبيعية ضمن المعلومات في الدورات التدريبية .
4. التأكد من استخدام مؤشرات الرضاعة الطبيعية القياسية في الدراسات الميدانية والبحوث .
5. حشد التأييد إلى الرضاعة الطبيعية المثلى في السياسات والبرامج المتعلقة بالصحة العامة والتغذية .

World Alliance for Breastfeeding Action (WABA)



www.waba.org.my/warm-chain/