

## مناصري البيئة

يمكنهم لعب دور في مجال حماية وتعزيز ودعم الرضاعة الطبيعية من خلال حشد التأييد لها باعتبارها الغذاء الأول وغذاء متجدد ومستدام. فالرضاعة الطبيعية تساهم إيجابياً في صحة كوكب الأرض ويشمل ذلك صحة الناس أيضاً.

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.



## مناصر للبيئة، يمكنك دعم الرضاعة الطبيعية بعدة طرق

6. تمكين النساء والوالدين من خلال دعم الرضاعة الطبيعية كجزء من مبادرة مكان عمل مناصر للبيئة.
7. راقب عمليات الترويج المضلل وتقديم التبرعات ببدائل حليب الأم أو الزجاجات أو الحلمات، حيث يمنع القيام بذلك بناء على المدونة الدولية لتسويق بدائل حليب الأم، وقم بإبلاغ الجهات المعنية عند اكتشاف أي انتهاكات من هذا القبيل.
8. كيف يمكنك حماية الرضاعة الطبيعية ودعمها وتعزيزها بطرق أخرى؟

1. الدعوة لتوجيه سياسات الرضاعة الطبيعية بما يتوافق مع المبادرات المعنية بالبيئة والمناخ ومع أهداف التنمية المستدامة.
2. تعزيز الرسائل الدالة على مساهمة الرضاعة الطبيعية في الأمن الغذائي وصحة كوكب الأرض.
3. إشراك أطفال المدارس، والطلبة، والشباب، والأشخاص المؤثرين في وسائل التواصل الاجتماعي لإدراج الرضاعة الطبيعية كغذاء مستدام عند مناقشة المواضيع البيئية والمناخية.
4. الترويج للرضاعة الطبيعية كغذاء متجدد ومتاح محلياً، خاصة في أوقات الكوارث البيئية والطبيعية.
5. العمل سويًا مع مناصري الرضاعة الطبيعية ومتخذي القرار من أجل مستقبل خالٍ من النفايات السامة، بما في ذلك تقليل المواد السامة والقضاء عليها.

### World Alliance for Breastfeeding Action (WABA)



وضعت هذه البطاقة بالتعاون مع اتحاد النقابات الدولي  
IPEN (International Pollutants Elimination Network)



[www.waba.org.my/warm-chain/](http://www.waba.org.my/warm-chain/)