

## مجموعات دعم الأمهات

لها دور مهم في استمرار دعم الرضاعة الطبيعية للأسر في المجتمع. يمكنهم تزويد الأمهات وأسرهن بالمعلومات الدقيقة في الوقت المناسب بالإضافة إلى تقديم الدعم العملي والعاطفي لتعزيز الرضاعة الطبيعية المثلى.

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 مراعياً 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. سيستفيد 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.



6. تمكين الأمهات من خلال استراتيجيات تمكنهن من الجمع بين الرضاعة الطبيعية والعمل.
7. العمل مع الآخرين لضمان تقديم رعاية مستمرة لثنائي الرضاعة الطبيعية (الأم والرضيع).
8. لا تقبل أي هدايا أو عينات أو أي رعاية أو عروض لحليب الأطفال أو الزجاجات أو الرضاعات من الشركات.
9. كيف يمكنك أيضا حماية وتعزيز ودعم الرضاعة الطبيعية؟

1. توفير بيئة مريحة قبل الولادة وبعد الولادة لتبادل المعلومات والخبرات المتعلقة بالرضاعة الطبيعية.
2. مساعدة الأمهات أو الآباء للتغلب على التحديات والوصول إلى أهداف الرضاعة الطبيعية.
3. دعوة جميع الآباء والأمهات للحصول على الاستشارات المتخصصة في مجال الرضاعة الطبيعية والدعم المتوفر من المرافق الصحية والمجتمع.
4. تعزيز تقديم الدعم للأسر المرضعة طبيعياً بحيث يستهدف هذا الدعم جميع أفراد الأسرة والمجتمع من خلال تطوير رسائل تواصل مناسبة ومتسقة.
5. تشجيع استخدام أدوات وبرامج التدريب على الرضاعة الطبيعية الحالية، سواء عبر الإنترنت أو وجهاً لوجه، والتي ليس لها علاقة بالشركات التجارية بموجب المدونة الدولية لمنظمة الصحة العالمية.

## World Alliance for Breastfeeding Action (WABA)

