

# وإبا | الأسبوع العالمي للرضاعة الطبيعية الرضاعة الطبيعية عامل رئيسي لتحقيق تنمية مستدامة



# 1

تعد الرضاعة الطبيعية بمثابة طريقة طبيعية ومنخفضة التكلفة لتغذية الرضع والأطفال. إنها في متناول الجميع ولا تشكل عبئاً على ميزانيات الأسر مقارنة مع التغذية الاصطناعية. الرضاعة الطبيعية تساهم في التخفيف من حدة الفقر.



# 5

تعد الرضاعة الطبيعية بمثابة وسيلة رائعة للمساواة، كما تمنح كل طفل بداية منصفية وحياة أفضل. تمثل الرضاعة الطبيعية حقاً مميزاً من حقوق المرأة وعلى المجتمع المحلي تمكين الأمهات للرضاعة الطبيعية بشكل أمثل. يمكن لتجربة الرضاعة الطبيعية أن تكون مرضية ومصدر تمكين للأم عندما تكون هي التي تتحكم في كيفية تغذية طفلها.



# 4

الرضاعة الطبيعية والتغذية التكميلية الكافية عنصران أساسيان للإستعداد للتعليم. وتساهم الرضاعة الطبيعية والتغذية التكميلية الجيدة بشكل كبير في النمو العقلي والإدراكي وبالتالي تعزز التعلم.



# 3

تحسن الرضاعة الطبيعية بشكل كبير صحة الرضع والأطفال وتموهم ويقانهم على قيد الحياة. كما تساهم الرضاعة الطبيعية أيضاً في تحسين صحة الأمهات ورفاهيتهن على المدى القصير والطويل.



# 2

الرضاعة الطبيعية الخالصة والاستمرار بها لأكثر من عامين يوفر طاقة كافية وعناصر غذائية عالية الجودة، كما يمكنها المساعدة في الوقاية من الجوع وسوء التغذية والبدانة. كما تعني الرضاعة الطبيعية أيضاً أمن غذائي للرضع.



# 9

مع التصنيع والتمدن، تصبح تحديات الوقت والمكان أكثر ظهوراً. تحتاج الأمهات المرضعات اللواتي يعملن خارج المنزل إلى تدبير هذه التحديات وإلى دعم أصحاب أعمالهن وأسرنهن الخاصة ومجتمعاتهن المحلية. كما يمكن أن تحدث دور الحضائبة القريبة من مكان العمل وتوفر غرف للرضاعة ووقت استراحة للرضاعة فارقاً كبيراً.



# 8

تعد النساء المرضعات طبيعياً واللواتي يدعمهن أصحاب عملهن أكثر إنتاجية وولاء. يمكن أن تعمل سياسات حماية الأمومة وغيرها من السياسات في مكان العمل على تمكين النساء للجمع بين الرضاعة الطبيعية وأعمالهن أو وظائفهن. يتعين على الوظائف اللائقة تلبية احتياجات النساء المرضعات لا سيما اللواتي يواجهن أوضاعاً غير مستقرة.



# 7

تستلزم الرضاعة الطبيعية قدرًا أقل من الطاقة مقارنة مع مصانع إنتاج تركيبات الرضاعة الصناعية. كما تقلل الرضاعة الطبيعية أيضاً الحاجة إلى المياه والخشب الأحفوري والحطب في المنزل.



# 6

توفر الرضاعة الطبيعية عند الطلب كل ما يحتاج إليه الطفل الرضيع من الماء حتى في أحوال الطقس الحار. من ناحية أخرى، يتطلب تحضير تركيبات الرضاعة الصناعية توفر المياه النظيفة والنظافة الصحية والصرف الصحي.



# 13

تصون الرضاعة الطبيعية صحة الرضع وتغذيتهم في أوقات الكوارث المرتبطة بالطقس بسبب الاحتباس الحراري.



# 12

توفر الرضاعة الطبيعية مصدرًا للتغذية والمعيشة، صحيًا، قادرًا على البقاء وغير ملوث، ولا يستنزف الموارد بشكل مكثف، ومستدام وطبيعي.



# 11

في خضم النشاط الصناعي للمدن الكبيرة، تحتاج الأمهات المرضعات وأطفالهن الرضع إلى الشعور بالأمان والترحيب في الأماكن العامة. عندما تقع الأزمات الإنسانية والكوارث، تتأثر النساء والأطفال على نحو متزايد وينسب متفاوتة. وتحتاج النساء الحوامل والمرضعات إلى دعم خاص أثناء هذه الأوقات.



# 10

تختلف ممارسات الرضاعة الطبيعية في جميع أنحاء العالم. وتحتاج الرضاعة الطبيعية إلى الحماية والتعزيز والدعم فيما بين الجميع، خصوصاً بين الفئات الفقيرة والضعيفة. سيساعد هذا على الحد من انعدام المساواة.



# 17

الاستراتيجية العالمية لتغذية الرضع والأطفال الصغار تعزز التعاون متعدد القطاعات، ويمكنها أن تبني على الشراكات المختلفة دعم التنمية من خلال برامج ومبادرات الرضاعة الطبيعية.



# 16

لقد تجسدت الرضاعة الطبيعية في العديد من أطر واتفاقيات حقوق الإنسان. وهناك حاجة إلى تشريعات وسياسات وطنية تحمي وتدعم الأمهات المرضعات والرضع لضمان احترام حقوقهم.



# 15

تعد الرضاعة الطبيعية بمثابة نظام إيكولوجي مقارنة مع تركيبات الرضاعة الصناعية. يعتمد إنتاج تركيبات الرضاعة الصناعية على صناعة الألبان التي غالباً ما تضع ضغوطات على الموارد الطبيعية مما يساهم في انبعاثات الكربون وتغير المناخ.



# 14

تستلزم الرضاعة الطبيعية مخلفات أقل مقارنة مع تركيبات الرضاعة الصناعية. إنتاج تركيبات الرضاعة الصناعية وتوزيعها يؤدي إلى مخلفات تلوث البحار وتؤثر على الحياة البحرية.



القضاء على الفقر بجميع أشكاله في كل مكان

# الأهداف العالمية للتنمية المستدامة



تحقيق المساواة بين الجنسين وتمكين كافة النساء والفتيات



ضمان التعليم الجيد والمنصف والشامل للجميع وتعزيز فرص التعلم مدى الحياة للجميع



ضمان أنماط العيش السليم وتعزيز الرفاه للجميع في كل الأعمار



إنهاء الجوع وتحقيق الأمن الغذائي والتغذية المحسنة وتعزيز الزراعة المستدامة



إقامة بنية تحتية قادرة على الصمود وتحفيز التصنيع الشامل والمستدام وتشجيع الابتكار



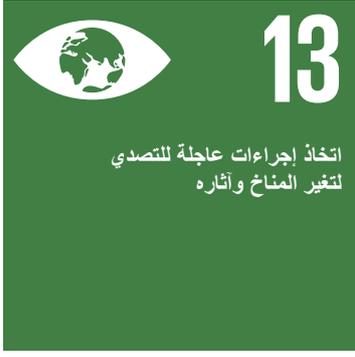
تعزيز النمو الاقتصادي المطرد والشامل للجميع والمستدام، والعمالة الكافية المنتجة وتوفير العمل اللائق للجميع



ضمان حصول الجميع على خدمات الطاقة الحديثة الموثوقة والمستدامة بتكلفة ميسورة



ضمان إتاحة المياه وخدمات الصرف الصحي وإدارتهما على نحو مستدام للجميع



اتخاذ إجراءات عاجلة للتصدي لتغير المناخ وآثاره



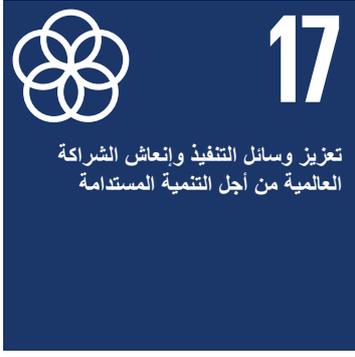
ضمان وجود أنماط استهلاك وإنتاج مستدامة



جعل المدن والمستوطنات البشرية شاملة وآمنة وقادرة على الصمود ومستدامة



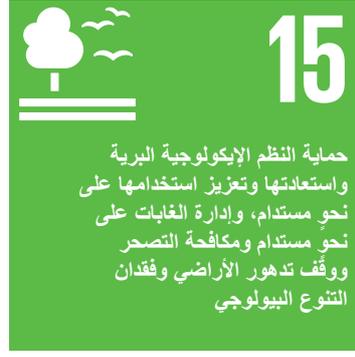
الحد من انعدام المساواة داخل البلدان وفيما بينها



تعزيز وسائل التنفيذ وإعاش الشراكة العالمية من أجل التنمية المستدامة



تعزيز وجود المجتمعات الشاملة والمسالمة لتحقيق التنمية المستدامة، وتوفير فرص الحصول على العدالة للجميع، وبناء مؤسسات فعالة يعتمد عليها وشاملة على جميع المستويات



حماية النظم الإيكولوجية البرية واستعادتها وتعزيز استخدامها على نحو مستدام، وإدارة الغابات على نحو مستدام ومكافحة التصحر ووقف تدهور الأراضي وفقدان التنوع البيولوجي



حفظ المحيطات والبحار والموارد البحرية واستخدامها على نحو مستدام لتحقيق التنمية المستدامة