



دعم الرضاعة الطبيعية لكوكب أكثر صحة



التحالف العالمي لتشجيع الرضاعة الطبيعية (WABA)
| الأسبوع العالمي للرضاعة الطبيعية 2020 |

الواحد لكل والكل للواحد

يسلط أسبوع الرضاعة الطبيعية 2020 (WBW2020#) الضوء على ارتباط الرضاعة الطبيعية بصحة الكوكب. نقدم إطار لفهم هذه الرابطة ونعرض بعض التحديات في إيجاز كما نقدم بعض الحلول الممكنة.

نحن بحاجة إلى الاعتراف بأن "كوكبنا يشتعل"، وأن الجيل القادم يتطلب منا التحرك بسرعة لتقليل آثار الكربون في كل مجال من مجالات الحياة... تعتبر الرضاعة الطبيعية جزءاً من لعبة التركيب هذه، وهناك حاجة إلى استثمار عاجل في جميع أنحاء القطاع.

جوفي ووبستر وشينكر. (2019)¹

أهداف أسبوع الرضاعة الطبيعية WBW2020#



إعلام

الناس عن الروابط بين الرضاعة الطبيعية والبيئة / تغير المناخ



الارتكاز

الارتكاز على الرضاعة الطبيعية كقرار ذكي للمناخ



الانخراط

الانخراط في العمل مع الأفراد والمنظمات لتأثير أكبر



تحفيز

تحفيز العمل على تحسين صحة الكوكب والناس من خلال الرضاعة الطبيعية

الرضاعة الطبيعية وصحة الكوكب

مفهوم **صحة الكوكب** عُرف كونه صحة الحضارة الإنسانية وحالة الأنظمة الطبيعية التي تعتمد عليها². تتطلب الطبيعة المترابطة بين الناس وكوكب الأرض أن نجد حلولاً مستدامة تفيد كلاهما.

التنمية المستدامة تلبي احتياجات الجيل الحالي دون المساس بالأجيال القادمة. الرضاعة الطبيعية هي مفتاح لجميع **أهداف التنمية المستدامة التابعة للأمم المتحدة**³.

أهمية الغذاء والتغذية

الصحية المستمرة كجائحة كوفيد19- تشكل تحدياً يؤثر أيضاً على تغذية الرضع.

توصية منظمة الصحة العالمية واليونيسيف بشأن الممارسات المثلى لتغذية الرضع وصغار الأطفال

- البدء المبكر في الرضاعة الطبيعية خلال ساعة واحدة من الولادة
- الاقتصاد على الرضاعة الطبيعية للأشهر الستة الأولى من الحياة
- استمرار الرضاعة الطبيعية حتى سن عامين أو أكثر، مع إدخال الأطعمة الكافية

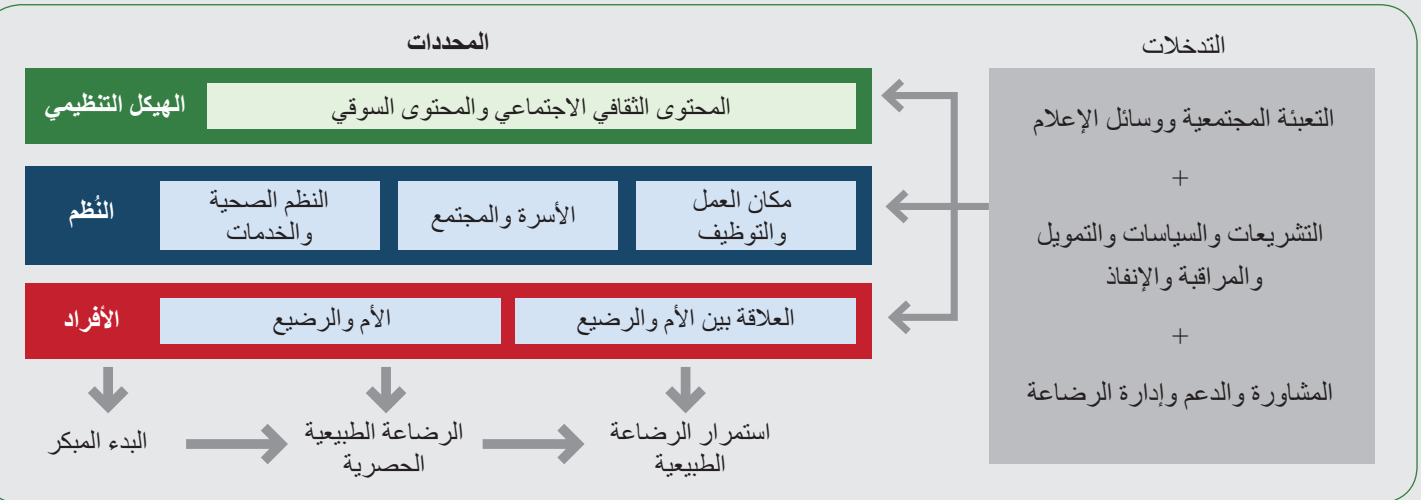
يعتبر تغير المناخ والتدهور البيئي من أكثر التحديات إلحاحاً التي تواجه عالمنا اليوم. **انبعاثات الغازات الدفيئة** - ثاني أكسيد الكربون وأكسيد النيترات والميثان وغيرها بسبب النشاط البشري - أدت إلى زيادة درجات الحرارة للكوكب بأكثر من [درجة مئوية منذ عهد ما قبل الصناعة⁴. ومن المثير للاهتمام، أن انبعاثات الغازات الدفيئة قد انخفضت بسبب تأثير استجاباتنا لتحدي آخر طرأ مؤخراً، وهو جائحة كوفيد19- الحالية. يمكن تعلم دروس عدة من ذلك، وتطبيقها على تحدي تغيرات المناخ. **التدهور البيئي** الناتج عن الملوثات في الهواء أو الماء أو إمدادات الغذاء، والإفراط في استخدام الموارد الشحيحة، وتفاقم النفايات وتدمير البيئات الطبيعية غالباً ما ينتج عن النشاط البشري⁵. **أنظمة إنتاج الغذاء** وأنماط الاستهلاك سببين مهمين في تغير المناخ والتدهور البيئي⁶. علمتنا جائحة كوفيد19- أننا جميعاً متأثرون ويتطلب الأمر استجابة مجتمعية فورية ومنسقة. يمكننا جميعاً فعل شيء لتقليل **البصمة الكربونية**⁷ و **آثارها البيئية**⁸ بدءاً من كيفية تغذية أطفالنا. الطوارئ

الاستثمار في دعم الرضاعة الطبيعية

دعم الرضاعة الطبيعية له تأثير قصير وطويل الأمد على صحة كوكب الأرض. إنها ضرورة ملحة ويجب علينا تكثيف المحادثات، والدعوة إلى مزيد من البحوث القوية وإشراك جميع القطاعات ذات الصلة لاتخاذ الإجراءات اللازمة. كما أن أزمة كوفيد19- والاستجابة لها ملحة، هناك أيضاً حاجة مستمرة لحشد التأييد للرضاعة الطبيعية كتدخل صحة عامة ينقذ الأرواح ويمنع العدوى والأمراض بين السكان بشكل عام. انه واجبنا كسكان العالم أن نكون فعالين.

الرضاعة الطبيعية أحد **أفضل الاستثمارات** لتجنب الوفيات بين الرضع وتحسين الصحة، والتنمية الاجتماعية والاقتصادية للأفراد والدول. إن إيجاد وتمكين بيئة مواتية لأنماط تغذية الرضع وصغار الأطفال المثالية أمر حتمي مجتمعي.

وعليه، ما هو المطلوب لإيجاد بيئة تمكينية وتحسين ممارسات الرضاعة الطبيعية؟ حماية وتعزيز ودعم الرضاعة الطبيعية كلها استراتيجيات هامة على مستوى الهيكل والنظم والأفراد (أنظر الشكل البياني أدناه). إن تنسيق إجراءات التغذية المثلى للرضع خلال الأوقات العادية وفي حالات الطوارئ ضروري لضمان تلبية الاحتياجات الغذائية لجميع الأطفال.



من "لماذا نستثمر وما هي متطلبات تحسين ممارسات الرضاعة الطبيعية؟" بقلم المؤلف **رونلنز وآخرون**. (2016).

يمكن أن تبدو الرضاعة الطبيعية كجندي غير متوقع في الحرب ضد تغير المناخ ولكنها يمكن أن تساهم في تغيير لوحة النتائج.

دكتور **تارو جيندال** ، 2020

التحديات



النظم الغذائية المستدامة تتضمن الرضاعة الطبيعية

إنتاج الغذاء مسؤول عن 26% من انبعاثات الغازات الدفيئة. و يساهم أيضا في 32% من معدل حموضة التربة عالميا و78% من ازدياد المعادن في المسطحات المائية¹². وممارساتنا الحالية في إنتاج واستهلاك الغذاء تسبب تدهوراً في النظام البيئي للأراضي والمياه، كما تساهم في تغير المناخ. كل خطوة نتخذ عبر دورة حياتنا لتخفيف تدهور البيئة والأزمة المناخية تؤخذ بعين الاعتبار. حليب الأم يعدّ الغذاء الأول الذي نستهلكه جزءاً هاماً من نظام استدامة الغذاء. من ناحية أخرى، الرضاعة باستخدام بدائل حليب الأم تساهم في المشكلة وتعدّ ظاهرة متنامية. نحتاج لفهم أفضل لتأثير طرق الرضاعة المختلفة على الصحة العامة في كلتا الحالتين العادية والطارئة.



صحة كوكب الأرض تحتاج إلى عمل مستدام

بمرور الوقت، سيكون حجم تأثير البشر على الطبيعة ضخماً. إن استنفاد الموارد الطبيعية وتدميرها وزيادة انبعاثات الغازات الدفيئة الرئيسية، في أعلى مستوياتها على الأقل في الـ 800 000 سنة الماضية⁹. نحن بحاجة إلى حماية كوكبنا وصحتنا من خلال: (i) الاستخدام المسؤول للموارد مثل الأرض والمياه ومصادر الطاقة، (ii) الحفاظ على التنوع البيولوجي و (iii) الاستهلاك بعناية. تقدم العديد من أهداف التنمية المستدامة¹⁰ توجيهات لإجراءات محددة لمحاربة التدهور البيئي و أزمة المناخ. الرضاعة الطبيعية مرتبطة بكل أهداف التنمية المستدامة تلك وهي مفتاح لتحقيق التنمية المستدامة¹¹.



مواضيع طرق رضاعة الطفل

الرضاعة باستخدام بدائل حليب الأم المصنّعة تؤثر على البيئة والمناخ بسبب طرق إنتاجها وتعبئتها وتوزيعها وتحضيرها. ومن جهة أخرى، يتطلب إنتاج حليب الأم فقط الطعام الإضافي الذي تحتاج الأم لتناوله، وبالتالي يتم استخدام موارد طبيعية أقل ولا تنتج أي نفايات تقريباً. زيادة نسبة الرضاعة الطبيعية المثلى يمكن أن تمنع حدوث أكثر من 823000 حالة وفاة أطفال و20000 حالة وفاة للأمهات كل عام. عدم اعتماد الرضاعة الطبيعية يرتبط بانخفاض معدلات الذكاء وينتج عنه خسائر اقتصادية تقدر بحوالي \$302 مليار سنوياً¹³.



الاتجاهات الحديثة في مجال الصحة والتغذية العالمية

على الرغم من حدوث العديد من التطورات في مجال الصحة العالمية في العقود القليلة الماضية، إلا أن هناك العديد من التحديات الناشئة، على سبيل المثال، الكوارث الطبيعية وتفشي الأمراض المعدية مثل وباء كوفيد-19. الحالي بالإضافة إلى عدم توفر النظم الصحية الكافية. يواجه عدد من البلدان العيب المزيج لنقص الغذاء والإفراط في تناول الطعام. كما تتزايد الأمراض المزمنة الغير معدية. انعدام الأمن الغذائي يؤثر على الملايين من البشر وخاصة في مناطق الصراعات وأماكن حدوث الكوارث. إن نظامنا الغذائي وأنماط استهلاك الغذاء هي العوامل الأساسية لهذه القضايا. يمكن للرضاعة الطبيعية المساهمة في الصحة طويلة وقصيرة الأجل، والتغذية الجيدة والأمن الغذائي في حالات الطوارئ والحالات الطبيعية. إن حماية وتعزيز ودعم الرضاعة الطبيعية قبل وخلال وبعد حالات الطوارئ يمكن أن يفرض تحديات إضافية يجب علينا جميعاً تخطيها.



تقدم بطيء في تحسين الرضاعة الطبيعية

حوالي 40% فقط من جميع الأطفال المولودين سنوياً يرضعون طبيعياً بشكل حصري حتى عمر الستة أشهر ويستمر فقط 45% بالرضاعة الطبيعية حتى عمر السنتين¹⁴. هناك غالباً نقص في دعم الرضاعة الطبيعية، سواء في النظام الصحي أو أماكن العمل أو المجتمع. على سبيل المثال، عدم وجود إجازة الأمومة/الأبوة ودعم مكان العمل يؤدي إلى جعل الرضاعة الطبيعية المثالية أكثر صعوبة. في حالات الطوارئ، قد تتعرض ممارسات الرضاعة الطبيعية للمشاكل، ولأولئك الأطفال المحتاجين للبدائل، قد لا يتوفر لهم حليب طبيعي متبرع به بسهولة، وقد تتعطل غالباً سلسلة امدادات بدائل حليب الأم. في عام 2019، بلغت قيمة السوق الإجمالية لتركيبة الرضع حوالي 71 مليار دولار أميركي¹⁵ ومع نمو كبير في المبيعات بشكل خاص في الدول ذات الدخل المتوسط والمنخفض. بالإضافة إلى تركيبة حليب الرضع، توجد سوق متنامية لتركيبات حليب المتابعة وحليب الأطفال الصغار، والتي تُعتبر غير ضرورية وفقاً لمنظمة الصحة العالمية¹⁶. تؤدي ممارسات التسويق الغير أخلاقية التي تقوم بها شركات بدائل حليب الأم إلى الاستمرار في تفاقم الوضع.

الآثار الصحية الإيجابية للرضاعة الطبيعية المثلى على مدى الحياة

- للنساء / للوالدين: تساعد في المباشرة بين الولادات وتساهم في تقليل خطر الإصابة بسرطان الثدي والمبيض وتقلل من مخاطر ارتفاع ضغط الدم
- للأطفال: تقاوم الأمراض المعدية، تقلل من حدوث وشدة الإسهال، وتقلل من التهابات الجهاز التنفسي والتهاب الأذن الوسطى الحاد، وتمنع تسوس الأسنان وسوء إطباق الفكين، وتزيد من الذكاء



الأثار البيئية لبدائل حليب الأم

صناعة الألبان وعملية احتباس الكربون

حليب الأبقار يعدّ المكوّن الرئيسي لمعظم بدائل حليب الأم. تطلق عادة مصانع الألبان كميات كبيرة من غاز الميثان وغازات دفيئة أخرى. علاوة على ذلك، فإنّ مؤونة العلف أو مناطق الرعي التي تحتاجها الماشية المنتجة للألبان يمكن أن تؤدي إلى التصحر. ويزيد ذلك بدوره كمية ثاني أكسيد الكربون، بسبب عدم وجود الأشجار للقيام بامتصاصه وتوفير عملية احتباس الكربون لمنع تغير المناخ. **مؤونة العلف** للأبقار المنتجة للحليب تُستمد من الحبوب وفول الصويا التي تُزرع مع استخدام مكثف للمبيدات الحشرية والأسمدة. ويخلف هذا الأمر تأثيراً بيئياً كبيراً آخر¹⁷.

مصادر الطاقة وانبعاثات الكربون

عمليات إنتاج وتغليف وتوزيع وإعداد بدائل حليب الأم تتطلب طاقة، كما هو الحال مع معظم حالات إنتاج الأغذية. إذا كان مصدر **الطاقة** هو الوقود الأحفوري، سيؤدي ذلك إلى ارتفاع تأثير الكربون¹⁸. تُشجع **اتفاقية باريس** حول التغير المناخي الحكومات والمصانع للعمل من أجل تخفيف انبعاثات الكربون وزيادة استخدام الطاقة المتجددة لتلبية الأهداف المناخية العالمية¹⁹. ولحسن الحظ توجد بعض **الجهود الجارية** لاتباع هذه التوصية²⁰.

النفائيات في بيئتنا

تعدّ النفائيات عنصراً آخر علينا أخذه بعين الاعتبار من حيث تأثيره على البيئة. تغذية **مليون رضيع ببدائل حليب الأم المصنّعة**²¹ لمدة سنتين يتطلب تقريباً ما يعادل 150 مليون علبة من الحليب البديل. فمن المحتمل أن تنتهي العلب المعدنية، إذا لم يتم إعادة تدويرها، في مواقع طمر النفائيات، في حين أن نفائيات البلاستيك والألمنيوم والورق غالباً ما تنتهي في محيطاتنا.

التأثير البيئي للمياه المستخدمة في بدائل حليب الأم

يعود التأثير البيئي للمياه إلى الحجم الإجمالي للمياه العذبة المستخدمة لإنتاج السلع والخدمات التي يستهلكها الفرد أو المجتمع أو التي تنتجها شركة ما²². إنتاج وتحضير بدائل حليب الأم يتطلب الماء. وتعتبر المياه العذبة من الموارد الطبيعية والنادرة لذا يجب حمايتها. حساب التأثير البيئي للمياه المستخدمة لإنتاج منتجات الحليب يعتبر أمراً معقداً لاعتماده على **الموقع الموقع** **الجغرافي**، وعلى نظام صناعة الألبان وعلى عوامل أخرى²³. ومع ذلك، فإن جميع الجهود المبذولة للحفاظ على مصادر مياهنا وإعادة تدويرها وتجديدها تعتبر مهمة.

التأثير البيئي للرضاعة الطبيعية

الرضاعة الطبيعية لمدة ستة أشهر بعد الولادة تتطلب ما يقارب وسطياً **500 كيلو كالوري إضافي من السعرات الحرارية من الطاقة يومياً**²⁴. على الرغم من تطلّب الرضاعة الطبيعية لكمية إضافية من المياه اعتماداً على عوامل كالطقس ومستوى النشاط، إلا أنه لا يوجد دليل حول الكمية المطلوبة في حال تجاوز تلبية **الاحتياجات الوظيفية للجسم**²⁵. أنواع الأغذية المختلفة لها تأثيرات كربون متفاوتة، حيث تعتبر الأنظمة الغذائية ذات الأساس النباتي عموماً **أكثر صحة** لكوكب الأرض²⁶. يجب دعم جميع الآباء والأمهات لاتخاذ اختيارات تغذية وبيئية صحية خاصة خلال الدورة الانجابية، والتي تتضمن الرضاعة الطبيعية. بحسب أنظمتنا الصحية سيختلف تأثير الكربون. إن الرضاعة الطبيعية المباشرة وعصر الحليب يدوياً فعالان لتقليل النفائيات والحفاظ على الطاقة وعلى المصادر الأخرى. وعلى الرغم من أن استخدام المضخة لاستخراج حليب الثدي يتطلب معدات إضافية، إلا أنّ معظمها قابلٌ لإعادة الاستخدام وبالتالي تعدّ أفضل للبيئة مقارنة بالرضاعة باستخدام بدائل حليب الأم.

مقارنة تأثيرات الكربون

إن الحساب والمقارنة الدقيقة لتأثيرات الكربون لبدائل حليب الأم والرضاعة الطبيعية تعد مهمة معقدة ولم يتم إجراء سوى عدد قليل من الدراسات في هذا المجال. والطريقة الأكثر استخداماً هي **تقييم دورة الحياة**، والتي تأخذ بعين الاعتبار انبعاثات مكافئات ثاني أكسيد الكربون من العمليات التي تتم في مصانع إنتاج المواد الغذائية وتتضمن العديد من المتغيرات والعوامل والافتراضات. ويُعرض هنا دراستين ركزت على تأثير الكربون الناتج عن بدائل حليب الأم والرضاعة الطبيعية:

- **أشارت دراسة مقارنة**²⁷ باستخدام بيانات من البرازيل والصين والمملكة المتحدة والفيتنام إلى أن تأثير الكربون الناتج عن الرضاعة الطبيعية (متضمناً الطاقة الإضافية المطلوبة للأمهات) كانت أقل بنسبة 43%، 53%، 40%، و 46% على التوالي من تأثير الكربون الناتج عن إنتاج واستخدام بدائل حليب الأم.

عكست الاختلافات بشكل أساسي طرق إنتاج بدائل حليب الأم والوجبات الغذائية للأمهات المرضعات في البلدان المعنية. كذلك تضمنت طرق حساب تأثير الكربون تعقيم الزجاجات في حال توفره ويعد ذلك مهم أيضاً. لكن اختلفت النتائج اعتماداً على طريقة حساب الانبعاثات. فعلى سبيل المثال، إذا استندت الحسابات إلى نسبة محتوى الدهون والبروتين واستبعدت تعقيم الزجاجات، فإن تأثير الكربون الناتج عن بدائل حليب الأم كان أقل بنسبة 12% إلى 36% من التأثير الناتج عن الرضاعة الطبيعية.

- يظهر تقرير حول **دراسات الحالات**²⁷ من ستة دول في جنوب آسيا وآسيا ومنطقة المحيط الهادي مقدار ارتفاع انبعاثات الغازات الدفيئة الناتجة عن بيع تركيبات الحليب الصناعي. كشف التقرير أن إنتاج تركيبات الحليب الصناعي يعدّ مصدر هام لانبعاثات الغازات الدفيئة. الاستخدام المتزايد لحليب المتابعة وتركيبات حليب صغار الأطفال الغير ضرورية، كما تبين في دراسات جميع الدول، يؤثر قلقاً شديداً.

الدعم للجميع

ما الذي يمكنك فعله

أهداف التنمية المستدامة كإطار عمل لصحة كوكب الأرض

إن أهداف التنمية المستدامة تتمحور حول الناس، وكوكب الأرض، والازدهار والسلام. تعد الرضاعة الطبيعية أحد الحلول المستدامة لصحة كوكب الأرض. تُوفّر التنمية المستدامة إطار عمل مناسب لمواجهة العديد من التحديات الحالية التي تواجه **صحة كوكب الأرض**²⁹. إن توفير الحياة الكريمة يتضمن القضاء على الفقر، والمجاعة وسوء التغذية، وتعزيز الصحة الجيدة بالإضافة إلى ضمان حق العمل الكريم والمساواة بين الجنسين، والحق في المشاركة والعيش بسلام. يقتضي الحصول على بيئة ملائمة للرضاعة الطبيعية عدة إجراءات أساسية: حماية الأمومة/ الأبوة، وتدريب العاملين في المجال الطبي والعاملين في المجتمع المحلي، وتطبيق مبادرة المستشفيات الصديقة للأطفال (BFHI)، مع إمكانية الوصول إلى استشارات الرضاعة الطبيعية بالإضافة إلى تنفيذ ومراقبة قرارات المدونة الدولية لتسويق بدائل حليب الأم وقرارات جمعية الصحة العالمية ذات الصلة.



- مواثمة السياسات والتوجيهات الوطنية وتلك الدولية عن الرضاعة الطبيعية وتغذية الرضع وصغار الأطفال مع جدول أعمال أهداف التنمية المستدامة والمبادرات الأخرى المتعلقة بالبيئة والمناخ.
- ضمان اتخاذ منظور الصحة العامة لتعزيز تطبيق مبادرة المستشفيات الصديقة للأطفال واستشارات الرضاعة الطبيعية لتشمل كافة الناس بما في ذلك أثناء حالات الطوارئ.
- رفع مستوى وعي متخذي القرار للتعرف على مساهمة الرضاعة الطبيعية في تحقيق الأمن الغذائي والاستدامة البيئية.
- حشد تأييد السياسات التي تهدف إلى الحد من انبعاثات الكربون الناتجة عن صناعة بدائل حليب الأم.
- تأكد من أن المدونة الدولية لتسويق بدائل لبن الأم وقرارات جمعية الصحة العالمية ذات الصلة يتم تطبيقها بالكامل و مراقبتها.
- سن وتفعيل قوانين الإجازة العائلية مدفوعة الأجر وسياسة الرضاعة الطبيعية في مواقع العمل بحسب منظمة العمل الدولية (ILO) **اتفاقية حماية الأمومة - رقم C183** على أنها الحد الأدنى للمعايير.

الدعم المجتمعي



جميع الأمهات / الوالدين لهم الحق في تلقي الدعم من المجتمع لممارسة الرضاعة الطبيعية على النحو الأمثل. ويمكنهم الاستفادة من مختلف أنواع الدعم وفقاً لحالتهم الثقافية والاجتماعية. يأتي الدعم من قبل عائلاتهم، ومجتمعاتهم، ومن النظام الصحي **ومكان العمل**³⁰. تعد استشارات **الرضاعة الطبيعية** من أنواع الدعم المباشر الذي يقدم إلى الأمهات/ الوالدين والرضع، بواسطة **المشاورين والعاملين في المجال الطبي** ممن تم تدريبهم بشكل خاص لمساعدتهم^{31,32}. وعندما تكون استشارات الرضاعة الطبيعية للأمهات/ للوالدين متوفرة ومتاحة، فإن مدة الرضاعة الطبيعية وحصريتها تزداد.

- قم بحشد التأييد إلى **زيادة الدعم المالي**، ومراقبة وتنفيذ إجراءات وسياسات أفضل لتوفير الدعم الذي تحتاجه العائلات في مجال الرضاعة الطبيعية، وخاصة استشارات الرضاعة الطبيعية.
- أطلع المجتمع عن أثر الرضاعة الصناعية على البيئة وذلك باستخدام مختلف **تقنيات وسائل التواصل** وعن طريق المؤثرين.
- **حقّق الصحافيين والإعلام** لإثارة الرأي العام حول العلاقة بين الرضاعة الطبيعية والتغير البيئي والمناخي.
- تخصيص الموارد اللازمة لتنفيذ المزيد من الأبحاث لدراسة تأثير صناعة بدائل حليب الأم على البيئة والمناخ.
- جمع بيانات منهجية حول تأثير سياسات وبرامج تغذية الرضع وصغار الأطفال المختلفة في حالات الطوارئ.

استشارات الرضاعة الطبيعية أمراً أساسياً



يعتبر تقديم استشارات الرضاعة الطبيعية أمراً أساسياً لزيادة معدلات الرضاعة الطبيعية³³. وبحسب منظمة الصحة العالمية، فإن تقديم الاستشارات يعد نوعاً من أنواع الدعم ولكن لا تتضمن جميع إجراءات الدعم تقديم الاستشارات. يعد تقديم الاستشارات عملية تشاركية بين المشاور والأم/ الوالدين وبالتالي فلا يجدر به أن يكون إجراءً تنافلياً يُحدد للأهل ما يجب فعله. إن **الهدف** من استشارات الرضاعة الطبيعية هو تمكين الأمهات / الوالدين من ممارسة الرضاعة الطبيعية، بما يناسب رغباتهم وظروفهم الشخصية³⁴. ويمكن أن يقدمها استشاريون مختصون أو نظرائهم من المشاورين، **أو من كلاهما**³⁵. تتضمن استشارات الرضاعة الطبيعية الإصغاء، والتعاطف، وبناء الثقة وتقديم المعلومات والاقتراحات مع ترك حرية الاختيار للأمهات/ للوالدين لما يناسبهم. وتتضمن أيضاً تقديم المساعدة العملية وتوضيح كيفية استئصال الرضيع ومساعدته على التقاط الثدي **وكيفية التغلب على المشكلات الأخرى الشائعة**³⁶.

- حشد التأييد لكافة الأمهات/ الوالدين ذوي الأطفال الصغار للحصول على استشارات الرضاعة الطبيعية من المؤهلين في المؤسسات الصحية والمجتمعية.
- طبق **توجيهات مبادرة المستشفيات الصديقة للأطفال المحدثة لعام 2018**³⁷ في جميع المؤسسات الصحية ومن ضمنها المستشفيات الخاصة.
- تخصيص الموارد لمجموعات دعم المجتمع لتكون قادرة على تقديم استشارات الرضاعة الطبيعية الأساسية وغيرها من أشكال الدعم القريب من الأمهات/ الوالدين.



تقديم الدعم المستمر خلال أول ألف يوم

يجب أن تكون استشارات الرضاعة الطبيعية منظمة ومقررة ضمن جدول زمني وبشكل مستمر لتكون أكثر فعالية. ينبغي توفير جلسات بمواعيد مقررة للتواصل مع الأمهات/الوالدين خلال فترتي الحمل **وما بعد الولادة**³⁸. يجب أن يتم التواصل على فترات متكررة خلال الأشهر الأولى، بمعدل إجمالي ست زيارات على الأقل مع الاستمرار في تقديم الدعم إلى أن يبلغ الطفل العامين من عمره.



بناء المعرفة والمهارات على كافة المستويات

يحتاج مقدمي الدعم الأقران وغيرهم تدريباً تأسيسياً في مجال تقديم استشارات الرضاعة الطبيعية والمهارات العملية اللازمة. كما يحتاج المختصين في الصحة وغيرهم من المعنيين إلى مهارات تقديم استشارات الرضاعة الطبيعية بالإضافة إلى المهارات السريرية اللازمة لمعالجة المشكلات المحتملة والتغلب عليها. من الضروري أيضاً وجود **متخصصين من ذوي الخبرة** لشغل مناصب مثل معلمين أكاديميين، ومدرسين، ومديري ومراقبي برامج. بحيث يكون دورهم ضمان بناء القدرات وتطوير المهارات على جميع المستويات بشكل فعال، والمحافظة على معايير الرعاية الصحية وتحديثها. إن تطوير الكفاءات واستمرارها على جميع المستويات يتطلب استثماراً له **مرود فوائد وعوائد اقتصادية**³⁹.



عدم ترك أي شخص متخلفاً عن الركب

قد تكون بعض العائلات أكثر غرضة من غيرها وتحتاج دعماً إضافياً في مجال **الرضاعة الطبيعية**⁴⁰. وتتضمن الحالات الأكثر غرضة حالات الطوارئ، وذوي الاحتياجات الخاصة أو الحالات الطبية الأخرى التي تؤثر على الأم والرضيع خلال الرضاعة الطبيعية. الزيادة في **حدوث الكوارث المناخية**⁴¹ و **الكوارث البيئية**⁴² تولد قلقاً متزايداً نظراً لأن مخاطر سوء التغذية وزيادة وفيات الأطفال تكون وقتها ذات معدلات أعلى بكثير من الأوقات الطبيعية. إن جائحة كوفيد-19 - الحالية تعتبر حالة أخرى من حالات الطوارئ التي تؤثر على وضع العائلات وأطفالهم بشدة. وإنه لمن الضروري في كل حالة من حالات الطوارئ أن يتم تقييم الاحتياجات الغذائية ومن ثم **دعم** الإجراءات اللازمة لحمايتها ودعمها، ورعاية كلاً من الرضع رضاعة طبيعية أو غيرها، بالإضافة إلى رعاية الأطفال الصغار. ولابد من مواصلة التوجيهات الوطنية والدولية **القائمة على الأدلة**⁴³ لضمان استمرارية إيصال رسائل التوعية لعامة الشعب.

إن التبرعات **والتوزيع غير الموجه لبدايل حليب الأم** من شأنها أن تعوق وتقوض الرضاعة الطبيعية. ومن الجدير بالذكر أن سلاسل الإمداد غير الموثوق بها والظروف الغير صحية التي توجد غالباً في حالات الطوارئ تجعل الرضاعة الطبيعية الخيار الأكثر أمناً. وفي ظل جائحة كوفيد-19، توصي كلاً من **منظمة الصحة العالمية** و **منظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسيف)** بالرضاعة الطبيعية مع اتخاذ التدابير الصحية اللازمة. وقد تراجع تلك التوصية في حال توفر المزيد من الأدلة. **يوضح الدليل الإرشادي التنفيذي بشأن تغذية الرضع في حالات الطوارئ**⁴⁴ الإجراءات الأساسيةية لحماية ودعم التغذية المثلى للرضع والأطفال الصغار في حالات الطوارئ.

حملة التغذية الخضراء التوعوية

"**التغذية الخضراء**" هي حملة توعوية لحماية ودعم وتعزيز الرضاعة الطبيعية، وحماية الأهل من الترويج الجائر والادعاءات المضللة التي تقوم بها شركات حليب الرضع الاصطناعي. وتتضمن دعم المجتمع للرضاعة الطبيعية الحصرية خلال الستة أشهر الأولى بعد الولادة، ومن ثم إضافة الأغذية المكملية المناسبة للرضع الأكبر بعد ذلك. ويجب السماح للعائلات باتخاذ القرارات المتعلقة بتغذية أطفالهم بجميع أعمارهم، بعيداً عن ضغط الترويج التجاري. استمرارية الرضاعة الطبيعية تتطلب الدعم ما دامت العائلة

- حشد التأييد لاستمرار استشارات الرضاعة الطبيعية أثناء الحمل وما بعد الولادة لضمان استدامة الرضاعة الطبيعية المثلى.
- أنشئ سلسلة دعم دافئة لدعم الرضاعة الطبيعية من خلال تحديد الأطراف الرئيسيين وأدوارهم خلال مرحلة الأول 1000 يوم وربطهم ببعضهم البعض.
- أشرك **الآباء/الشركاء** والعائلة لتقديم الدعم والتشارك في المسؤوليات المنزلية والعناية بالألم والطفل الرضيع أثناء **الرضاعة الطبيعية**.
- الانضمام لمجموعة دعم الأمهات / الوالدين في المجتمع المحلي ومشاركة الآخرين خبراتك لتصبح الرضاعة الطبيعية أمراً طبيعياً في المجتمع.
- استحداث أفكاراً إبداعية **لنشاطات افتراضية** والكترونية بهدف إشراك الفئات المستهدفة في أسبوع الرضاعة الطبيعية #WBW 2020.

- استثمر في البرامج التدريبية المستمرة الموجهة إلى مختلف مستويات التخصصات الطبية، و**استشاريي الرضاعة**، والعاملين في مجال طب المجتمع و مقدمي الدعم من الأقران وغيرهم.
- حشد التأييد إلى توظيف الحاصلين على تدريب ومهارات مناسبة في مختلف المستويات: من مقدمي الدعم الأقران، والمختصين في مجال الصحة، واستشاريي الرضاعة والمتخصصين المرجعيين.
- قم بتعزيز ورفع مستوى **أدوات وبرامج التدريب على الرضاعة الطبيعية المتوفرة** بما يشمل وسائل التعليم الرقمية والإلكترونية عبر الإنترنت، بالإضافة إلى التعليم السريري الذي يتم وجها لوجه وغيره من أساليب التعليم العملي.
- أشرك **أطفال المدارس، والطلاب، والشباب** و**مؤثري وسائل التواصل الاجتماعي** في نشر الوعي حول أهمية الرضاعة الطبيعية لصحة كوكب الأرض.

- اعمل على تعزيز استخدام توجيهات تغذية الرضع والأطفال الصغار الدولية القائمة على الأدلة، لتطوير خطط العمل الوطنية ووسائل التواصل.
- احرص على تضمين حماية ودعم وتعزيز الرضاعة الطبيعية بشكل خاص ضمن الخطط الوطنية للتأهب والاستجابة في حالات الطوارئ.
- أعلم جميع العاملين في المجال الطبي، ومجموعات المجتمع، وعامة الشعب حول أهمية الرضاعة الطبيعية في **خطط التأهب الوطنية والمجتمعية**.
- تعزيز الدعم المقدم للعائلات التي تعتمد الرضاعة الطبيعية بحيث يشمل كافة أفراد العائلة والمجتمع، من خلال عمل وبث رسائل تواصل مناسبة على نحو مستمر.
- قم بالتأكد على **عصر حليب الثدي باليد، وآلية الاستخدام الصحيح لمضخة الثدي** حيثما يكون ذلك آمناً، وطرق التحضير والحفظ الصحيح لحليب الثدي المعصور، وطريقة الرضاعة من الكوب، للحفاظ على إدرار حليب الثدي، وإعادة الإرضاع والرضاعة من مرصعة بديلة عن الأم.
- تأكد من توافر حليب الثدي المتبرع به لمن يحتاجه من الرضع من خلال **بنوك التبرع بحليب الثدي** أو من خلال المبادرات المجتمعية الأخرى المناسبة.

ترغب بذلك. إن الطعام المحضر منزلياً هو طعام لا يتعرض للمعالجة إلا ما ندر، لذلك فإنه يوفر قيمة مقابل تكلفته المدفوعة. إن الزراعة المحلية المستدامة توفر أغذية متنوعة، وموثوق بها، ومناسبة للثقافة المحلية. الدعم المجتمعي قد يُقوّض بواسطة التسويق والترويج للأطعمة المعالجة. تشتمل حملة التغذية الخضراء التوعوية على مفهوم البصمة الكربونية وذلك لتقييم آثار المناخ على الإنتاج والاستهلاك، ومفهوم البصمة البيئية لتقييم تأثير البيئة.

حلول مستدامة للمحافظة على كوكب الأرض وسكانه

ختامًا، نستنتج أن ضمان صحة كوكب الأرض مهمة عاجلة تقع على عاتقنا جميعًا. وبحاجة إلى المزيد من حشد التأييد لتسريع وتيرة بلوغ أهداف التنمية المستدامة للفترة 2015-2030 ، وأهداف اتفاقية باريس، وأهداف جمعية الصحة العالمية 2025 حول الرضاعة الطبيعية. إن أنماط الإنتاج والاستهلاك المستدامة ستحمي بيئتنا ومواردنا الطبيعية، وستساعد في الحد من تغير المناخ. الرضاعة الطبيعية تساهم بشكل إيجابي وبطرق مختلفة للمحافظة على صحة كوكب الأرض - فهي عملية مستدامة، وتحافظ على البيئة، وتعود بالفائدة على صحة الإنسان. يعد السيناريو العالمي الحالي مثيرًا للقلق فهناك تقدم بطيء في تحسين معدلات الرضاعة الطبيعية، يقابله ارتفاعا ونموًا في صناعة منتجات بدائل حليب الأم بالإضافة إلى حالات الطوارئ المستمرة عالميًا. إن استراتيجيات حماية ودعم وتشجيع الرضاعة الطبيعية معروفة جيدًا وتتطلب تنفيذها ومتابعتها. واستشارات الرضاعة الطبيعية من الأساليب الفعالة للدعم، فيجب توفيرها كعنصر أساسي لدعم جميع العائلات المهتمة بالرضاعة الطبيعية. إن حملة سلسلة الدعم الدافئة

للرضاعة الطبيعية التي أطلقتها وABA (WABA) تضع الأم المرضعة رضاعة طبيعية وطفلها في مركز أهدافها مع المتابعة خلال مرحلة 1000 يوم الأولى. وتتبنى نهج الصحة العامة، وتسعى إلى ربط مختلف أصحاب المصلحة من خلال تنسيق الجهود عبر جميع الجهات لتوفير رعاية مستمرة، ورسائل مستدامة، وبرامج إحالة، بحيث لا تترك أحدًا متخلفًا عن الركب. إن سلسلة الدعم الدافئة تعمل على تهيئة بيئة تمكّن جميع الأمهات/الأهل من ممارسة الرضاعة الطبيعية المثلى. معًا، نستطيع تحقيق ما فيه فائدة للإنسانية ولكوكبنا.

يجب علينا اعتبار المجتمع بأكمله مسؤولًا عن انخفاض معدلات الرضاعة الطبيعية، حيث أنه يعتبر أحد عدة مؤشرات تظهر إن كنا متوجهين نحو الحفاظ على صحتنا وصحة كوكبنا أم لا.

د. نايجل رولينز، 2020

فريق التحرير: أمل عمر سالم، ريفائي راماتشاندرا
التصميم والتنسيق: نيشا كومارافل، تشوا بي تشينغ
المستشار: فيليستي سافاج
تصميم: C-Square Sdn Bhd
ترجمة: موقع مترجمين بلا حدود
المراجعة اللغوية: د. منى الصمعي

تنويه: جميع الآراء الواردة هنا هي آراء التحالف العالمي لتشجيع الرضاعة الطبيعية ولا تعكس بالضرورة السياسات المتبعة أو وجهات النظر للمساهمين، أو المراجعين أو منظماتهم. إن المعلومات الواردة في هذا الملف لا يُقصد منها أن تُشعر الأمهات/الأهل ممن يعتمدون على بدائل حليب الأم بالذنب على أنهم يسببون الأذى للبيئة أو المناخ. يجب تقديم الدعم لجميع الأمهات/الأهل للوصول لأهداف التغذية التي اختاروها لأطفالهم. هذه مسؤولية مجتمعية.

شكر وتقدير: يود التحالف العالمي لتشجيع الرضاعة الطبيعية WABA شكر كل من: المساهمون: أليساندرو ليلامو، أليسون لينيتشار، بريتا بوتري ستادلمان، ديكستر تشاغونيا، فيليستي سافاج، خالد إقبال، منى السماعي، بيني فان إيسنريك، روفارو ماتزيمبا، تارو جندال

المراجعون: أليسون ماکول، آياتا جارج، كلاوديو شوقتان، ديفيد كلارك، إيلين رو، فرانس بيجين، هيروكو هونجو، إيلاريا لانزوني، إيرما تشافاريا دي مازا، جوانيتا جاور ستاين، جودي كاناواتي، جولي سميث، جولي وير، كاتيلين أندرسون، كاثي بيرري، لين فان هونج، ماريز أرندت، ميشيل جريسون، نايجل س. رولينز، بيج هول سميث، براشانت غانغال، رافيل بيريز أيسكاميليا، رودجر ماتيسون، روخانا حيدر، ساندي موري فرنو، تارو جندال، زهرا سليمان

إشعار حقوق النشر: يؤكد التحالف العالمي لتشجيع الرضاعة الطبيعية على أن جميع الحقوق القانونية وحقوق الملكية الفكرية خاضعة لاتفاقية بيرن وتشمل شعارات أسبوع الرضاعة الطبيعية العالمي ومواد الحملة. يخضع حق النشر لسياسة الاستخدام العادل مع الإسناد للتحالف العالمي لتشجيع الرضاعة الطبيعية بشكل واضح. لا يُسمح باستخدام الشعارات والمواد بأي حال من الأحوال، لتضرر بسمعة التحالف العالمي لتشجيع الرضاعة الطبيعية أو بمواقفه بطرق مباشرة أو غير مباشرة، سواء بالمحتوى أو بالارتباط. يجب الحصول على موافقة خطية مسبقًا قبل استخدام المواد أو الشعارات لأي نشاط تجاري أو إجراء أي تعديل أو اقتباس (يرجى إرسال بريد إلكتروني إلى wba@waba.org.my). لا يُسمح باستخدام المواد والشعارات في أي فعالية أو نشاط تدعمه أو تموله أو تنظمه الشركات المصنّعة أو الموزعة أو المسوقة لبدايل حليب الأم، أو الأدوات التابعة لها مثل الرضاعات والحلمات، والأطعمة التكميلية. لمزيد من التفاصيل راجع الأسئلة الأكثر تكرارًا FAQ عبر هذا الموقع www.worldbreastfeedingweek.org.

إن التحالف العالمي لتشجيع الرضاعة الطبيعية (WABA) هو شبكة عالمية من الأفراد والمنظمات المعنية بحماية وتعزيز ودعم الرضاعة الطبيعية في جميع أنحاء العالم استنادًا إلى "إعلان إينوشنتي"، والروابط العشر لتثنية أجيال المستقبل، وكذلك الاستراتيجية العالمية لتغذية الرضع وصغار الأطفال التي أطلقتها كلاً من منظمة الصحة العالمية واليونيسيف. ويتمتع تحالف (وABA) بمركز استشاري لدى منظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسيف)، كما أنه منظمة غير حكومية لها مركز استشاري خاص لدى المجلس الاقتصادي والاجتماعي للأمم المتحدة (ECOSOC). ويقوم التحالف بتنسيق الحملة السنوية للأسبوع العالمي للرضاعة الطبيعية.

وايا، صندوق بريد 10850 1200 بينانغ، ماليزيا | رقم الهاتف: 4816 60-4-658 | رقم الفاكس: 2655 60-4-657
البريد الإلكتروني: wba@waba.org.my | الموقع الإلكتروني: www.worldbreastfeedingweek.org



REFERENCES

ONE FOR ALL, ALL FOR ONE

1. Joffe, N., Webster, F., & Shenker, N. (2019). Support for breastfeeding is an environmental imperative. *The British Medical Journal*, 367, 15646. <https://doi.org/10.1136/bmj.15646>
2. Whitmee, S., Haines, A., Beyrer, C., Boltz, F., Capon, A. G., de Souza Dias, B. F., Ezeh, A., Frumkin, H., Gong, P., Head, P., Horton, R., Mace, G. M., Marten, R., Myers, S. S., Nishtar, S., Osofsky, S. A., Pattanayak, S. K., Pongsiri, M. J., Romanelli, C., Soucat, A., et al. (2015). Safeguarding human health in the Anthropocene epoch: report of The Rockefeller Foundation–Lancet Commission on planetary health. *The Lancet*, 386(10007), 1973–2028. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)60901-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)60901-1)
3. WABA. (2016). *Breastfeeding; a key to sustainable development*. <http://waba.org.my/v3/wp-content/uploads/2019/10/wbw2016-af-i.jpg>
4. Ritchie, H., & Roser, M. (2017). CO₂ and greenhouse gas emissions. Our World in Data. <https://ourworldindata.org/co2-and-other-greenhouse-gas-emissions#consumption-based-trade-adjusted-co2-emissions>
5. Friedman, J. (2018). *Environmental degradation – what you need to know and its harmful effects*. Conservation Institute. <https://www.conservationinstitute.org/environmental-degradation/>
6. Luke. (n.d). *Effects of food production and consumption on the environment and climate*. <https://www.luke.fi/en/natural-resources/food-and-nutrition/effects-of-food-production-and-consumption-the-environment-and-climate/>
7. Center for Sustainable Systems, University of Michigan. (2019). *Carbon footprint factsheet* (Pub. No. CSS09-05). http://css.umich.edu/sites/default/files/Carbon%20Footprint_CSS09-05_e2019.pdf
8. Global Footprint Network. (2017). *How ecological footprint accounting helps us recognize that engaging in meaningful climate action is critical for our own success*. <https://www.footprintnetwork.org/2017/11/09/ecological-footprint-climate-change/>

CHALLENGES

9. See reference 2
10. United Nations. (n.d). *About the Sustainable Development Goals*. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/sustainable-development-goals/>
11. See reference 3
12. Poore, J., & Nemecek, T. (2018). Reducing food's environmental impacts through producers and consumers. *Science*, 360(6392), 987–992. <https://doi.org/10.1126/science.aag0216>
13. Rollins, N. C., Bhandari, N., Hajeebhoy, N., Horton, S., Lutter, C. K., Martines, J. C., Piwoz, E. G., Richter, L. M., Victora, C. G., & The Lancet Breastfeeding Series Group. (2016). Why invest, and what it will take to improve breastfeeding practices? *The Lancet*, 387(10017), 491–504. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)01044-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)01044-2)
14. UNICEF. (2018). *Improving breastfeeding, complementary foods and feeding practices*. https://www.unicef.org/nutrition/index_breastfeeding.html
15. Mason, F., & Greer, H. (2018) *Don't Push It: why the formula milk industry must clean up its act*. Save the Children UK/Save the Children International. <https://resourcecentre.savethechildren.net/node/13218/pdf/dont-push-it.pdf>
16. World Health Organization & UNICEF. (2019). *Cross-promotion of infant formula and toddler milks: information note*. <https://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/information-note-cross-promotion-infant-formula/en/>
17. Pérez-Escamilla, R. (2017). Food security and the 2015–2030 Sustainable Development Goals: from human to planetary health: perspectives and opinions. *Current Developments in Nutrition*, 1(7), e000513. <https://doi.org/10.3945/cdn.117.000513>
18. Energy for Humanity. (n.d). *Resources*. <http://energyforhumanity.org/en/resources/>
19. UNFCCC. (2015). *The Paris Agreement*. <https://unfccc.int/process-and-meetings/the-paris-agreement/the-paris-agreement>
20. Science Based Targets. (n.d). *Meet the companies already setting their emissions reduction targets in line with climate science*. <https://sciencebasedtargets.org/>
21. IFE Core Group. (2017). *Infant and young child feeding in emergencies: operational guidance for emergency relief staff and programme managers, version 3.0*. https://www.enonline.net/attachments/3127/Ops-G_English_04Mar2019_WEB.pdf
22. Water Footprint Network. (n.d). *Frequently asked questions*. <https://waterfootprint.org/en/water-footprint/frequently-asked-questions/>
23. Huang, J., Xu, C.-C., Ridoutt, B. G., Liu, J.-J., Zhang, H.-L., Chen, F., & Li, Y. (2014). Water availability footprint of milk and milk products from large-scale dairy production systems in Northeast China. *Journal of Cleaner Production*, 79, 91–97. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2014.05.043>
24. Karlsson, J. O., Garnett, T., Rollins, N. C., & Rööds, E. (2019). The carbon footprint of breastmilk substitutes in comparison with breastfeeding. *Journal of Cleaner Production*, 222, 436–445. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2019.03.043>
25. Ndikom, C. M., Fawole, B., & Ilesanmi, R. E. (2014). Extra fluids for breastfeeding mothers for increasing milk production. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (6). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD008758.pub2>
26. Nelson, M. E., Hamm, M. W., Hu, F. B., Abrams, S. A., & Griffin, T. S. (2016). Alignment of healthy dietary patterns and environmental sustainability: a systematic review. *Advances in Nutrition*, 7(6), 1005–1025. <https://doi.org/10.3945/an.116.012567>
27. See reference 24
28. Dadhich, J., Smith, J., Iellemo, A., & Suleiman, A. (2015). *Report on carbon footprints due to milk formula: a study from selected countries of Asia-Pacific region*. BPNI/IBFAN Asia. <http://dx.doi.org/10.13140/RG.2.1.3934.5049>

29. See reference 2
30. WABA. (2019). *World Breastfeeding Week 2019*. <https://worldbreastfeedingweek.org/2019/>
31. McFadden, A., Siebelt, L., Marshall, J. L., Gavine, A., Girard, L.-C., Symon, A., & MacGillivray, S. (2019). Counselling interventions to enable women to initiate and continue breastfeeding: a systematic review and meta-analysis. *International Breastfeeding Journal*, 14(1), 42. <https://doi.org/10.1186/s13006-019-0235-8>
32. McFadden, A., Gavine, A., Renfrew, M. J., Wade, A., Buchanan, P., Taylor, J. L., Veitch, E., Rennie, A. M., Crowther, S. A., Neiman, S., & MacGillivray, S. (2017). Support for healthy breastfeeding mothers with healthy term babies. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (2). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD001141.pub5>
33. See reference 31
34. World Health Organization. (2018). *Guideline: counselling of women to improve breastfeeding practices*. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/280133/9789241550468-eng.pdf>
35. See reference 31
36. See reference 31
37. World Health Organization & UNICEF. (2018). *Implementation guidance: protecting, promoting and supporting breastfeeding in facilities providing maternity and newborn services – the revised Baby-friendly Hospital Initiative*. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272943/9789241513807-eng.pdf>
38. Renfrew, M. J., McCormick, F. M., Wade, A., Quinn, B., & Dowswell, T. (2012). Support for healthy breastfeeding mothers with healthy term babies. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (5). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD001141.pub4>
39. See reference 13
40. Ishii, K., Goto, A., Ota, M., Yasumura, S., Abe, M., Fujimori, K. & Pregnancy and Birth Survey Group of the Fukushima Health Management Survey. (2016). Factors associated with infant feeding methods after the nuclear power plant accident in Fukushima: data from the pregnancy and birth survey for the fiscal year 2011 Fukushima health management survey. *Maternal and Child Health Journal*, 20(8), 1704-1712. <https://doi.org/10.1007/s10995-016-1973-5>
41. Chagwena, D., Ncube, C., Masuka, N., Katuruza, E., Chigumira, A., & Ministry of Health and Child Care Zimbabwe. (2016, December 11-14). *Effect of El Nino induced drought on mothers' perceptions on breastfeeding in a resource-limited rural setting in Zimbabwe*. World Breastfeeding Conference 2, Johannesburg, South Africa. https://www.academia.edu/39795216/Effect_of_El_Nino_induced_drought_on_mothers_perceptions_on_breastfeeding_in_a_resource-limited_rural_setting_in_Zimbabwe-2016
42. Chagwena, D., & Madzima, R. (2014). *Sustainable Efforts to Fight Acute Malnutrition in Zimbabwe*. <https://www.results.org.uk/blog/sustainable-efforts-fight-acute-malnutrition-zimbabwe>
43. World Health Organization. (2020). *Clinical management of severe acute respiratory infection (SARI) when COVID-19 disease is suspected: interim guidance (version 1.2)*. [https://www.who.int/publications-detail/clinical-management-of-severe-acute-respiratory-infection-when-novel-coronavirus-\(ncov\)-infection-is-suspected](https://www.who.int/publications-detail/clinical-management-of-severe-acute-respiratory-infection-when-novel-coronavirus-(ncov)-infection-is-suspected)
44. See reference 21

