



SPRIJINIM ALĂPTAREA PENTRU O PLANETĂ MAI SĂNĂTOASĂ



WABA | SAPTĂMANA MONDIALA A ALĂPTĂRII 2020

TOȚI PENTRU UNUL, UNUL PENTRU TOȚI

Săptămâna Internațională a Alăptării 2020 evidențiază liantul dintre alăptare și sănătatea planetei.

Vom prezenta pe larg, pentru buna înțelegere a acestor legături, pentru a sublinia o parte dintre provocări și pentru a oferi câteva potențiale soluții.

Trebuie să conștientizăm că "ne-a luat foc casa" și că viitoarea generație are nevoie ca noi să reducem amprenta de carbon în toate planurile existențiale. Alăptarea este o componentă a acestui puzzle și sunt necesare demersuri imediate în această sferă.

Joffe, Webster & Shenker. (2019)



OBIECTIVELE



INFORMEAZĂ

pe cei din jur
privitor la conexiunile
dintre alăptare
și schimbările climatice



IMPLEMENTEAZĂ

alăptarea ca o
soluție pentru sănătatea
mediului



ALĂTURĂ-TE

în aceste demersuri
altor persoane sau
organizații pentru un
mai mare impact



MOTIVEAZĂ

pe cei din jur să
acționeze privitor la
sănătatea populației
și cea a mediului, prin
intermediul alăptării

Alăptarea și sănătatea planetei

Conceptul de sănătate a planetei a fost definit ca reprezentând "sănătatea civilizației umane, dar și sănătatea mediului, de care aceasta depinde".

Interdependența dintre oameni și planetă ne impune să identificăm soluții sustenabile, care să beneficieze amândurora.

Dezvoltarea sustenabilă întrunește necesitățile acestei generații, fără a compromite viitoarele generații.

Alăptarea este cheia îndeplinirii tuturor Obiectivelor de Dezvoltare Durabilă ale ONU (SDG).

Problematica alimentației și a hranei

Schimbările climatice și degradarea mediului constituie una dintre cele mai urgente provocări cu care ne confruntăm în prezent.

Emisia gazelor cu efect de seră (GHG) - dioxid de carbon, oxid de azot, metan și altele, cauzate de activitatea umană - au crescut cu peste 1 C temperaturile la nivel global, de la perioada preindustrială încoace. Interesant este că emisiile GHG par să fi scăzut ca efect al impactului pe care l-a avut asupra noastră starea de urgență, la rândul ei cauzată de o altă provocare: pandemia COVID-19. O plentitudine de lecții pot fi învățate din aceasta și aplicate în demersurile privind schimbările climatice.

Degradarea mediului, cauzată de poluanții din aer, apă sau alimentație, supra-utilizarea resurselor insuficiente, risipa excesivă și distrugerea habitatelor naturale, este cel mai adesea cauzată de activitatea umană. Sistemele noastre de producție a alimentelor și obiceiurile noastre de consum sunt, de asemenea, factori semnificativi în schimbările climatice și în degradarea mediului.

Pandemia COVID-19 ne-a învățat că suntem cu toții afectați de schimbările majore și că este necesar un răspuns imediat, coordonat și unitar al societății.

Fiecare dintre noi poate contribui la reducerea amprentei de carbon (CFP) și a amprentei ecologice, începând chiar de la modul cum ne hrănim copiii. Urgențele pe care le întâmpinăm cu privire la sănătate, inclusiv pandemia de COVID-19, cauzează provocări și în hrănirea sugarilor.

Recomandările WHO și UNICEF privind Alimentația Optimă a Sugarilor:

- Inițierea rapidă a alăptării, chiar în prima oră de la naștere;
- Alăptarea exclusivă în primele 6 luni de viață;
- Continuarea alăptării până la minim 2 ani de zile, cu introducerea adecvată a alimentației complementare de la 6 luni.

Investiții în susținerea alăptării

Alăptarea este una dintre cele mai bune investiții pentru salvarea vieții nou-născuților și accelerează dezvoltarea socială, economică și a sănătății individului și a popoarelor. Crearea și implementarea unui mediu favorabil obiceiurilor optime de hrănire a sugarului este imperativ. Așadar, ce este necesar pentru crearea unui cadru potrivit pentru alăptare și pentru îmbunătățirea practicilor referitoare la alăptare? Protejarea, promovarea și susținerea alăptării sunt, toate, strategii deosebit de importante pentru toate planurile structurale instituționale și individuale (conform diagramei). Coordinarea acțiunilor cu privire la alimentația sugarului în afara situațiilor de urgență, cât și în timpul acestora, sunt esențiale în îndeplinirea necesităților nutriționale pentru toți copiii. Sprijinirea alăptării are efecte asupra sănătății planetei, atât pe termen scurt cât și pe termen lung. Este urgent și imperativ ca noi să intensificăm promovarea alăptării, să solicităm cercetări și studii de mai mare amploare privitor la alăptare și să angrenăm toate sectoarele relevante să se implice activ.

Având în vedere criza COVID-19 care solicită măsuri urgente, devine de mai mare actualitate necesitatea de a milita pentru alăptare ca o soluție pentru sănătatea publică, având în vedere beneficiile acesteia: salvează vieți și previne boli și infecții.

Este datoria noastră, a tuturor cetățenilor lumii, să acționăm.

#WBW2020 contează mai mult ca niciodată!



Din "Why invest, and what it will take to improve breastfeeding practices?" by [Rollins et al. \(2016\)](#).



Alăptarea ar putea părea un soldat nedorit în războiul împotriva schimbărilor climatice, însă rolul acestuia ar putea fi unul decisiv.

Dr. Taru Jindal, 2020



Provocări



Sănătatea planetei impune acțiuni sustenabile

De-a lungul timpului, impactul uman asupra naturii s-a dovedit masiv. Epuizarea și distrugerea resurselor naturale și creșterea majoră a emisiilor GHG, au atins, în prezent, cele mai înalte cote din ultimii 800.000 ani.

Trebuie să ne protejăm atât planeta, cât și propria noastră sănătate, utilizându-ne în mod responsabil resursele precum pământul, apa și energia, conservând biodiversitatea și consumându-le cu înțelepciune.

SDG (Sustainable Development Goals) oferă îndrumare pentru acțiuni specifice care să combată degradarea mediului și criza climatică. Alăptarea este conectată cu toate aceste obiective SDG și este cheia reușitei în sensul dezvoltării sustenabile.



Tendințe crescătoare în sănătatea globală și în nutriție

Cu toate că în ultimele decenii există o evoluție privind sănătatea globală, ne confruntăm totuși cu o serie de provocări care prind amploare, cum ar fi dezastrelor naturale, epidemiile/pandemiile, COVID-19, precum și absența unor sisteme de sănătate adecvate. O serie de țări se confruntă cu dubla povară a alimentației: supraalimentația și subalimentația. Rata bolilor netransmisibile este, de asemenea, în creștere. Insecuritatea alimentară afectează milioane de oameni, în special în zonele de conflicte militare sau de dezastre. Obiceiurile noastre de consum alimentar sunt factori determinanți ai acestor probleme. Alăptarea poate contribui pe termen lung și scurt pentru sănătatea, nutriția optimă și securitatea alimentară a tuturor, atât în perioadele de normalitate, cât și în situațiile de criză. Protejarea, promovarea și suportul privind alăptarea, atât înainte, cât și în timpul și după situațiile de urgență, pot preveni provocări adiționale prin care am putea fi nevoiți să trecem cu toții.

Efecte pozitive ale alăptării asupra sănătății pe termen lung

- Femei/Părinți: spațiază sarcinile, reduce riscul de cancer mamar și ovarian și scade riscul de hipertensiune.
- Copii: combate bolile infecțioase, scade incidența și severitatea diareei, previne infecțiile respiratorii și otita medie acută, previne cariile dentare și malocluzia și îmbunătățește inteligența.



Un sistem alimentar sustenabil include și alăptarea

Producția de alimente cauzează aproximativ 26% din emisiile GHG. De asemeni, contribuie cu aproximativ 32% în acidifierea solului, la nivel global și cu 78% la hiper-mineralizarea apei. Producția de alimente și obiceiurile de consum degradează ecosistemul solului și cel acvatic, și cauzează schimbări climatice. Contează fiecare pas în avans pe care îl facem în cursul vieții noastre, pentru a diminua degradarea mediului și criza climatică. Laptele matern este primul aliment pe care îl consumăm și este o parte majoră a sistemului alimentar sustenabil. Hrănindu-ne copiii cu substituenți ai laptelui matern, agravăm situația mediului, iar fenomenul este unul în creștere. Trebuie să conștientizăm impactul pe care îl au asupra sănătății, diferitele metode de hrănire a sugarului, atât în normalitate, cât și în situațiile de criză.



Modul de hrănire al sugarilor contează

Hrănindu-ne copiii cu substituenți ai laptelui matern, contribuim la deteriorarea mediului și a climatului, din cauza modului de producție, ambalare, distribuție și preparare a acestora. Producerea laptelui matern nu necesită altceva decât o cantitate mai mare de calorii pe care mama necesită să le consume, așadar, se utilizează astfel mai puține resurse naturale, deci, deșeurile rezultate sunt minime. Creșterea ratei de alăptare în parametrii optimi, ar putea preveni anual mai mult de 823.000 decese infantile și 20.000 decese maternale. Mai mult decât atât, lipsa alăptării este asociată cu un grad mai scăzut de inteligență și cauzează pierderi economice de aproximativ 302 miliarde de dolari, anual.



Un progres lent în creșterea ratei alăptării

Doar aproximativ 40% dintre bebelușii născuți anual sunt alăptați exclusiv până la vârsta de 6 luni și doar 45% dintre aceștia sunt alăptați mai departe, până la aproximativ 2 ani. Adesea, cauzele sunt lipsa suportului în alăptare, fie în sistemul de sănătate, fie în comunitate sau la locul de muncă. Spre exemplu, absența unui concediu maternal/parental și absența suportului primit la locul de muncă în acest sens, îngreunează reușita alăptării. În situațiile de criză, practicile bune privind alăptarea ar putea fi compromise, iar pentru acei sugari care au cu adevărat nevoie de alternative, există riscul să nu fie lapte matern donat, iar lanțul de producție și alimentare cu substituenți ai laptelui matern, să fie întrerupt. În anul 2019, valoarea totală de piață a laptelui praf a fost de aproximativ 71 miliarde dolari, cu o mare creștere a vânzărilor remarcată îndeosebi în țările cu venituri mici și medii. Alături de laptele praf pentru copiii sub 6 luni, există o piață în creștere și pentru laptele praf destinat copiilor de peste 6 luni până la vârsta de 1 an, dar și pentru laptele destinat copiilor cu vârsta cuprinsă între 1 an și 3 ani, pe care OMS le apreciază ca nefiind necesare. Practicile de marketing - lipsite de etică - ale industriei producătoare de substituenți de lapte matern, continuă să înrăutățească situația.



Amprenta ecologică a Substituenților Laptelui Matern (SLM)

Obținerea produselor lactate și capcana carbonului

Principalul ingredient al majorității SLM este laptele de vacă. Obținerea produselor lactate cauzează de regulă cantități semnificative de emisii de metan și de alte gaze cu efecte de seră.

Mai mult decât atât, rațiile furajere și zonele de pășunat necesare vacilor de lapte pot duce la despăduriri. Copacii rămași nu mai au capacitatea să absoarbă dioxidul de carbon și să funcționeze ca o capcană care să îl capteze pentru a preveni schimbările climatice, fapt ce cauzează o creștere a cantității de dioxid de carbon.

Rațiile furajere pentru vacile de lapte sunt derivate din cereale și boabe de soia ajunse la maturitate cu ajutorul utilizării intensive a pesticidelor și a fertilizatoarelor. Toate acestea lasă în urma lor alte urme reziduale.

Sursele de energie și emisiile de carbon

Producerea, ambalarea, distribuția și procesul de preparare al substituenților laptelui matern, ca și în cazul producerii majorității alimentelor, necesită energie. Dacă sursa energiei sunt combustibilii fosili, amprenta de carbon (CFP) va fi mai mare.

Acordul de la Paris privind schimbările climatice încurajează guvernele și industria să lucreze în direcția reducerii emisiilor de carbon și să crească energia regenerabilă, pentru a împlini obiectivele globale privind clima. Din fericire, în prezent se fac eforturi în această direcție.

Deșeurile

Deșeurile constituie un alt factor pe care trebuie să îl avem în vedere privitor la amprenta ecologică.

Hrănirea a 1 milion de bebeluși cu formula, timp de 2 ani, necesită în medie aproximativ 150 milioane de cutii de lapte praf. Cutiile de metal, dacă nu sunt reciclate, vor sfârși cel mai probabil în depozitele de deșeurii, în timp ce plasticul, aluminiul și hârtiile, vor ajunge în oceanele noastre.

Amprenta asupra apei a SLM

Amprenta asupra apei face referire la volumul total de apă potabilă utilizată pentru producția bunurilor și serviciilor consumate de un individ sau de o comunitate. Producerea SLM-urilor și prepararea lor necesită apă. Apa potabilă este o resursă naturală deja insuficientă, prin urmare, trebuie să fie protejată. Calcularea amprentei asupra apei a produselor lactate este o operațiune complexă și depinde de zona geografică, de sistemul de obținere a produselor lactate și de mulți alți factori. În orice caz, toate eforturile de a conserva, recicla și a reintregi sursele de apă sunt absolut esențiale.



Ampretele ecologice ale alăptării

Alăptarea pe o perioadă de 6 luni post-partum, necesită, teoretic în medie, un plus de 500 kcal de energie, pe zi. Cu toate că alăptarea ar putea impune și un consum mai mare de apă pe zi, în funcție de alți factori, precum condițiile meteorologice și nivelul de activitate fizică, nu există nici o dovadă a necesității unor cantități dincolo de cele obișnuite.

Alimentele cauzează diferite amprente de carbon, alimentația bazată pe plante fiind considerată cea mai sănătoasă pentru planetă. Toți părinții ar trebui să fie încurajați să facă alegeri sănătoase, atât pentru binele propriu, cât și pentru cel al planetei, iar încurajările ar trebui să privească îndeosebi utilizarea alimentelor regenerabile, precum este și laptele matern. Așadar, amprenta de carbon diferă în funcție de alimentația noastră. Alăptarea și mulgerea manuală a laptelui matern ajută la reducerea deșeurilor, salvând energie și resurse. Cu toate că pomparea laptelui matern necesită echipamente auxiliare, majoritatea acestora sunt reutilizabile, așadar, sunt mai optime pentru mediu, comparativ cu SLM.



Comparații asupra amprentelor de carbon

Realizarea unei analize precise și compararea amprentei de carbon cauzată de SLM cu cea cauzată de alăptare, este un proces complex și doar câteva studii au urmărit aceste aspecte. Cea mai utilizată metodologie este cea de evaluare a ciclului de viață (LCA), metodă ce are în vedere emisiile echivalente de dioxid de carbon ale procesului de fabricație de la fermă până la servire, și include multe variabile, factori și ipoteze.

Două dintre studiile care s-au focusat pe amprenta de carbon a SLM comparativ cu cea a alăptării, sunt prezentate aici:

- Un model comparativ, care utilizează date din Brazilia, China, Uk și Vietnam arată că amprenta de carbon asociată alăptării (incluzând și energia adițională necesară mamelor care alăptează) a fost cu 43%, 53%, 40% și 46% mai mică decât amprenta de carbon asociată producției și utilizării SLM.

Diferențele reflectă în principiu modul de producere ale SLM și alimentația mamelor în țările respective. Modulurile de calculare ale amprentei de carbon, incluzând aici și sterilizarea biberonelor, au avut, de asemenea, o mare importanță în cadrul rezultatelor analizei.

- Un raport al studiilor de caz realizate în 6 țări distincte din zona Sudului Asiei și a Pacificului, dovedește cât de multe emisii de gaze cu efect de seră sunt cauzate de vânzarea masivă a laptelui praf. Raportul a reliefat că producția laptelui praf a devenit una dintre cele mai mari surse ale emisiilor de gaze cu efecte de seră. Într-o astfel de situație, devine îngrijorătoare creșterea vânzărilor laptelui praf pentru copiii mai mari de 12 luni, lapte apreciat de OMS ca nefiind necesar acestora.

SOLUȚII

Suport pentru toți

SDG: cadrul pentru sănătatea planetei

Obiectivele de Dezvoltare Durabilă (SDG) vizează oamenii, planeta, prosperitatea și pacea. Alăptarea este doar una dintre multe alte soluții pentru o planetă sănătoasă. Aceste obiective oferă un model-cadru de raportare la actualele provocări pe care sănătatea planetei le întâmpină. Asigurarea bunăstării include eradicarea sărăciei, a foametei și malnutriției, prin promovarea sănătății, asigurarea dreptului și oportunităților decente de angajare, egalitate de gen, incluziune și pace.

Un mediu favorabil alăptării impune un pachet esențial de intervenții: protecție maternală/parentală, instruirea cadrelor medicale și a angajaților, inițiativa Spital Prieten al Copilului, acces la consultanță în alăptare, cât și implementarea și monitorizarea Codului Internațional de Marketing al Substituenților de Lapte Matern și al rezoluțiilor relevante ale Adunării Mondiale a Sănătății.



Ce poți face tu?

*Aliniază politica și recomandările naționale și internaționale privitoare la alăptare și la alimentația nou născutului și a sugarilor, cu agenda Obiectivelor de Dezvoltare Durabilă 2030, și cu alte inițiative privind mediul și clima.

*Asigură-te că perspectiva de sănătate publică este în direcția susținerii Inițiativei Spital Prieten al Copilului și a consilierii în alăptare, inclusiv în stările de urgență.

*Contribuie la conștientizarea în rândul decidenților, a rolului alăptării în securitatea alimentară și în sustenabilitatea mediului.

*Militează pentru politici care să vizeze reducerea emisiilor de carbon cauzate de industria producătoare de substituenți ai laptelui matern.

*Asigură-te că sunt implementate și monitorizate prevederile Codului Internațional de Marketing al Substituenților de Lapte Matern și rezoluțiile relevante ale Adunării Mondiale a Sănătății.

*Adoptă concedii parentale plătite și politici la locul de muncă privitoare la alăptare, bazate pe standardele promovate de Organizația Internațională a Muncii și a Convenției privind protecția maternității C103, ca un minim standard.

Suportul social



Toate femeile/toți părinții au dreptul de a beneficia de suportul societății pentru o alăptare optimă. Aceștia pot beneficia de variate forme de suport, în funcție de contextul socio-cultural în care se află.

Suportul poate veni de la membrii familiei, de la comunitate, de la sistemul de sănătate sau de la locul de muncă.

Consilierea în alăptare este o formă de îndrumare oferită direct părintelui și nou născuților de către personalul medical sau de către consultanții specializați în acest sens. Când consilierea în alăptare este disponibilă și accesibilă părinților, șansele de reușită și durata îndelungată a alăptării exclusive cresc semnificativ.

*Militează pentru monitorizarea, implementarea și creșterea finanțărilor a unor mai bune politici și proceduri care să ofere familiilor suportul de care au nevoie în alăptare, îndeosebi pentru consultanță în alăptare.

*Informează membrii comunității despre impactul hrănirii cu lapte praf asupra mediului, utilizând forme diferite de comunicare și apelând la persoane cu notorietate.

*Convinge jurnaliștii și reprezentanții din mass-media să stimuleze dezbateri publice despre legăturile dintre alăptare și mediu/schimbările climatice.

*Alocă resurse pentru noi cercetări privind impactul asupra climei și mediului a SLM.

Consilierea în alăptare este esențială



Consilierea în alăptare este esențială pentru creșterea ratei alăptării. În conformitate cu Organizația Mondială a Sănătății, toate consultațiile în alăptare pot fi considerate suport, dar nu toate metodele de suport implică consiliere în alăptare.

Consilierea în alăptare este un proces și o interacțiune între consultant și părinte, nefiind așadar gândită ca un raport de sus în jos, de a spune părinților ce să facă. Scopul consilierii în alăptare este de a încuraja părintele să alăpteze prin raportare la situațiile lor particulare și la dorințele proprii. Suportul poate fi oferit într-o formă profesionistă sau prietenoasă, ori într-un format care combină cele două tipuri de abordări.

Consilierea în alăptare include ascultare, empatie, consolidarea încrederii, furnizarea informațiilor și a sugestiilor, lăsând părinții să decidă ceea ce este mai bine pentru situația lor.

De asemenea, include și oferirea ajutorului concret, instruirea cu privire la poziționare și atașare, dar și gestionarea problemelor care pot apărea în practică.

*Militează pentru accesul facil al părinților la consultanță și specialiști în alăptare în instituțiile sanitare și în comunitate.

*Implementează forma revizuită în 2018 a Inițiativei Spital Prieten al Copilului.

*Alocă resurse care să facă posibil ca părinții să primească suport direct privind alăptarea și consilierea în alăptare.

Sprizin pentru toți

Suport permanent în primele 1000 de zile



Pentru o maximă eficiență, consilierea în alăptare ar trebui să fie organizată, anticipabilă, programată și continuă. Pe parcursul perioadei antenatale și postnatale, tuturor femeilor/părinților ar trebui să li se ofere sesiuni planificate. În primele luni de zile, contactul cu specialistul ar trebui să fie frecvent, să totalizeze minimum 6 sesiuni și să aibă continuitate până când copilul va împlini vârsta de 2 ani.

Consolidarea cunoștințelor și abilităților la toate nivelurile



Suținătorii alăptării necesită un curs de bază în consilierea alăptării, dar și abilități practice. Pentru a gestiona eficient problemele apărute în practică, profesioniștii din sistemul de sănătate și cei asociați acestora, au nevoie de abilități adiționale pentru consiliere, inclusiv unele de ordin clinic. În acest sens, este esențial să existe în domeniu experți care să fie profesori universitari, formatori, manageri și supervizori. Rolul lor este să asigure însușirea cunoștințelor, a abilităților și dezvoltarea acestora la toate nivelurile și totodată, să mențină și să aibă la zi standardele din acest sector de sănătate. Este adevărat că dezvoltarea unor competențe solide la diferite niveluri impune o serie de investiții, însă acestea au beneficii direct proporționale, inclusiv beneficii de natură economică.

Nimeni nu trebuie neglijat



Unele familii pot fi mai vulnerabile și necesită, așadar, mai mult suport în alăptare. Situațiile vulnerabile includ stările de urgență, nevoile speciale, dar și alte condiții medicale ce afectează diada alăptării. Frecvența dezastrelor devine îngrijorătoare, întrucât, riscul de malnutriție și de mortalitate infantilă crește considerabil în astfel de situații. Pandemia COVID-19 este un alt tip de urgență care pune familiile și copiii într-o poziție vulnerabilă. În orice situație de urgență, este necesar să se evalueze situația în concret, și apoi, să se acționeze întru protejarea și sprijinirea îndeplinirii nevoilor nutriționale, acordându-se grija cuvenită atât copiilor alăptați, cât și celor nealăptați. Este vital ca protocoalele bazate pe dovezi științifice să fie aliniate la nivel național și internațional, astfel încât, să existe certitudinea că mesajele care ajung la public sunt actualizate.

Donațiile și distribuția generală fără o țintă specifică a SLM poate interfera cu alăptarea și o poate submina. Instabilitatea lanțurilor de aprovizionare a SLM și condițiile neigienice care apar adesea în stările de urgență, fac ca alăptarea să fie opțiunea cea mai sigură. În cazul pandemiei de COVID-19, OMS și UNICEF au recomandat alăptarea, cu măsuri de igienă preventive. Aceste recomandări ar putea fi revizuite, pe parcurs ce vor fi disponibile mai multe dovezi. Operational Guidance on Infant Feeding in Emergencies explică acțiunile cheie în direcția protejării și sprijinului necesar pentru îndeplinirea recomandărilor privind Infant and Young Child Feeding.

Ce poți face tu?

*Militează pentru consultare în alăptare atât în perioada antenatală, cât și în cea postnatală;

*Creează un lanț uman de suport al alăptării, identificând persoanele cheie și rolurile acestora în primele 1000 de zile și conectează aceste persoane;

*Încurajează părinții și familiile acestora să își împartă atribuțiile și responsabilitățile gospodărești și să se îngrijească de diada alăptării;

*Alătură-te unui grup suport pentru părinți și împărtășește-ți experiențele cu ceilalți din comunitate, pentru a normaliza alăptarea;

*Dezvoltă idei creative pentru spațiul virtual și pentru activități online, care să angreneze publicul țintă în #WBW2020;

*Investește în cursuri consistente pentru toate nivelurile de specialiști în domeniul sănătății, consultanți în alăptare, angajați ai sistemului de sănătate, dar și pentru cei ce oferă suport în alăptare.

*Militează pentru plasarea în punctele cheie a specialiștilor, personalului specializat în alăptare și a persoanelor care oferă suport în acest domeniu;

*Promovează îmbunătățirea mijloacelor, metodelor, instrumentelor și programelor de specializare în alăptare inclusiv în format online, digital, e-learning, în persoană și în alte forme practice;

*Cooptează elevi, studenți, tineri și persoane influente în media să promoveze conștientizarea importanței alăptării pentru sănătatea planetei.

*Promovează importanța recomandărilor internaționale a Infant and Young Children Feeding, pentru a dezvolta planuri și acțiuni naționale, cât și mesaje potrivite de popularizat pentru publicul țintă;

*Asigură-te că protejarea alăptării, promovarea și sprijinul în alăptare sunt concepte incluse în agenda națională și în obiectivele naționale pentru situații de urgență;

*Informează personalul medical, comunitatea și publicul, despre includerea importanței alăptării în planurile naționale;

*Consolidează suportul oferit familiilor ce au copii alăptați, adresându-te cu mesaje potrivite, inclusiv membrilor familiei extinse, cât și comunității;

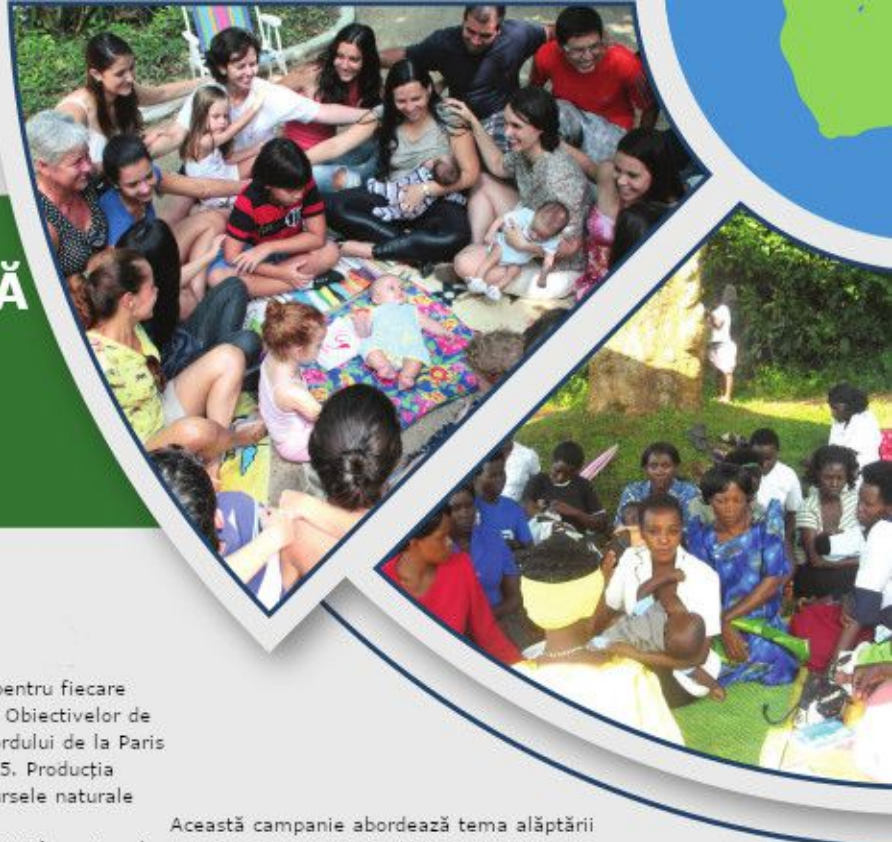
*Promovează colectarea manuală a laptelui matern, utilizarea pompelor - atunci când este sigură -, a procedurii corecte de depozitare și preparare a laptelui matern, hrănirea cu ajutorul cupei, tehnicile de menținere a secreției lactate, relactarea și alăptarea copilului altei familii;

*Asigură-te că există lapte matern donat disponibil pentru copiii care îl necesită, fie prin intermediul băncilor de lapte matern, fie în alte forme, în funcție de comunitatea din care faci parte.

Campania Hrană Verde

"Hrană verde" este o campanie care protejează, promovează și sprijină alăptarea, și care pune la adăpost părinții de presiunile și dezinformările companiilor producătoare de lapte praf. Această campanie include și o comunitate care sprijină alăptarea exclusivă în primele 6 luni, alături de introducerea optimă a alimentelor complementare. Familiilor ar trebui să li se permită să facă alegeri informate, fără a fi influențați de presiunile comerciale. Alăptarea trebuie sprijinită ori de câte ori familia în cauză dorește. Mâncarea preparată în casă este foarte puțin procesată și merită pe deplin cheltuielile pe care le ocazionaază. Agricultură locală sustenabilă oferă biodiversitate, siguranță și este și în conformitate cu obiceiurile culturale. Sprijinul comunității poate fi sabotat de marketing și de promovarea alimentelor ultra-procesate. Campania "Hrană Verde" are în vedere inclusiv reducerea amprentei de carbon, cât și a amprentei ecologice, sub aspectul impactului acestora asupra mediului, în procesul de producție și consum.

O SOLUȚIE SUSTENABILĂ PENTRU PLANETĂ ȘI LOCUITORII SĂI



Concluzionând, asigurarea sănătății planetei este un obiectiv urgent pentru fiecare dintre noi. Este necesară multă susținere pentru a accelera atingerea Obiectivelor de Dezvoltare Durabilă pentru intervalul 2015-2030, ale obiectivelor Acordului de la Paris și cele privitoare la alăptare ale Adunării Generale a OMS pentru 2025. Producția sustenabilă și schimbarea obiceiurilor de consum ne vor securiza resursele naturale și mediul și ne vor ajuta să diminuăm schimbările climatice.

Alăptarea contribuie în mod pozitiv asupra conservării sănătății planetei, în mai multe moduri: este sustenabilă, ecologică și sănătoasă. Acest actual scenariu global, cu un progres foarte lent în îmbunătățirea ratei alăptării, cu o creștere a industriei producătoare de substituenți de lapte matern și cu stări de urgență în plină desfășurare, este de-a dreptul îngrijorător. Sunt arhicunoscute strategiile prin care alăptarea poate fi protejată, promovată și sprijinită, așadar, este necesar ca acestea să fie implementate și monitorizate.

Eficiența consilierii în alăptare este dovedită și constituie temelia sprijinului tuturor familiilor cu copii alăptați. Campania "Lanțul WABA pentru alăptare" (World Alliance for Breastfeeding Action), consideră diada alăptării ca fiind nucleul ce trebuie urmărit permanent în primele 1000 de zile.

Această campanie abordează tema alăptării din perspectiva sănătății publice și face demersuri de conectare a diferiților piloni, prin coordonarea și unificarea eforturilor din toate domeniile și la toate nivelurile. Obiectivul este acela de a oferi un cadru optim alăptării, prin continuitatea acesteia, prin mesaje consistente și de impact adresate publicului și prin crearea unor sisteme integrate de sprijin, fără a neglija nici o categorie umană. Lanțul de sprijin este menit să creeze un mediu favorabil și încurajator pentru toți părinții, în direcția alăptării. Împreună, putem construi un cadru optim, cu duble beneficii și câștiguri: atât pentru omenire, cât și pentru planetă.

Trebuie să privim această situație la nivel macro, pentru că întreaga societate este responsabilă de ratele scăzute ale alăptării și alături de alți indicatori, acestea vor demonstra dacă suntem sau nu orientați în direcția sănătății planetei și în cea a sănătății omenirii.

Dr. Nigel Rollins, 2020

ACKNOWLEDGEMENTS: WABA would like to thank the following:

Contributors : Alessandro Iellamo, Alison Linnecaz, Britta Boutry-Stadelmann, Dexter Chagwena, Felicity Savage, Khalid Iqbal, Mona Al-Suamaie, Penny van Esterik, Rufaro Madzima, Taru Jindal
Reviewers : Alyson McCall, Aapta Garg, Claudio Schuftan, David Clark, Elien Rouw, France Begin, Hiroko Hongo, Iliara Lanzoni, Irma Chavarria de Maza, Juanita Jauer Steichen, Judy Canahuati, Julie Smith, Julie Ware, Kathleen Anderson, Kathy Parry, Linh Phan Hong, Maryse Arendt, Michele Griswold, Nigel C. Rollins, Paige Hall Smith, Prashant Gangal, Rafael Pérez-Escamilla, Roger Mathisen, Rukhsana Haider, Sandy Moore-Furneaux, Taru Jindal and Zaharah Sulaiman

Editorial Team : Amal Omer-Salim, Revathi Ramachandran
Design & Layout : Nisha Kumaravel, Chuah Pei Ching
Advisor : Felicity Savage
Designer : C-Square Sdn Bhd
Printer : Jutaprint

DISCLAIMER: The opinions expressed are those of WABA and do not necessarily reflect the policies or views of the contributors, reviewers or their respective organisations. The information in this action folder is not meant to make women/parents who feed their babies with breastmilk substitutes (BMS) feel guilty that they are harming the environment/climate. All women/parents need to be supported to reach their feeding goals. This is a societal responsibility.



COPYRIGHT NOTICE: WABA asserts all legal rights and intellectual property rights under the Berne Convention over the World Breastfeeding Week Logos and Campaign Materials. This copyright is subject to fair use, with appropriate attribution to WABA. The logos and materials shall not be used in any way that directly or indirectly damages WABA's reputation and/or standing, whether by content, context or association. Prior written consent shall always be sought before the logos and materials are used in any commercial activity or adaptations/modifications are made (email to wbw@waba.org.my). The logos and materials shall not be used in any event and/or activity sponsored, supported or organised by companies manufacturing, distributing or marketing breastmilk substitutes, related equipment such as feeding bottles and teats, and complementary foods. See FAQ on www.worldbreastfeedingweek.org for further information.

World Alliance for Breastfeeding Action (WABA) is a global network of individuals and organisations dedicated to the protection, promotion and support of breastfeeding worldwide based on the Innocenti Declarations, the Ten Links for Nurturing the Future and the WHO/UNICEF Global Strategy for Infant and Young Child Feeding. WABA is in consultative status with UNICEF and an NGO in Special Consultative Status with the Economic and Social Council of the United Nations (ECOSOC). WABA coordinates the annual World Breastfeeding Week campaign.

WABA, PO Box 1200 10850 Penang, Malaysia | Tel: 60-4-658 4816 | Fax: 60-4-657 2655 | Email: wbw@waba.org.my | Web: www.worldbreastfeedingweek.org