

**ارتباط تغذیه با شیر مادر با اهداف
توسعه هزاره بر اساس کمیته
علمی تغذیه سازمان ملل متحد**

**به مناسبت هفته جهانی تغذیه با شیر مادر
(۱۰ الی ۱۶ مرداد ۹۳)**

«تغذیه با شیر مادر = یک عمر سلامتی»

«روابط عمومی معاونت بهداشتی بابل»

۱- ریشه کنی فقر و گرسنگی

تغذیه انحصاری با شیر مادر و ادامه تغذیه با شیر مادر به مدت دو سال به دلیل فراهم کردن منبع انرژی و مواد مغذی با کیفیت بالا، میتواند به جلوگیری از گرسنگی و سوءتغذیه کمک کند. تغذیه با شیر مادر روشی با هزینه اثربخشی بالا در تغذیه نوزادان و کودکان است. این روش برای عموم مقرون به صرفه بوده و در مقایسه با تغذیه مصنوعی بار مالی به بودجه خانواده تحمیل نمی کند.

۲- تامین آموزش ابتدائی همگانی

تغذیه با شیر مادر و تغذیه تکمیلی مناسب اساس آمادگی برای یادگیری را فراهم می سازند و به طور قابل توجهی خطر ابتلا به کوتاه قدی را کاهش داده و باعث افزایش رشد ذهنی و در نتیجه ارتقا سطح یادگیری میشوند.

۳- جنسیتی و توانمندسازی ترویج برابری زنان

تغذیه با شیر مادر فرصت زندگی برای هر کودک جهت شروعی عادلانه در زندگی است. بیشترین تفاوت رشد در دو جنس با شروع تغذیه تکمیلی آغاز میشود که برتری جنسیتی در مورد تغذیه بروز میکند. تغذیه با شیر مادر حق هر مادر است و باید از طرف جامعه از طریق وضع قوانین حمایت از مادران مورد حمایت قرار گیرد.

۴- کاهش مرگ و میر کودکان

مرگ و میر کودکان به آسانی تا ۱۳٪ فقط با ارتقاء تغذیه با شیر مادر و تا ۶٪ با ارتقا تغذیه تکمیلی مناسب کاهش می یابد به علاوه ۶۰-۵۰٪ از مرگ و میر کودکان زیر ۵ سال بدنبال علت عمده سوءتغذیه اتفاق می افتد، آن تغذیه تکمیلی نامناسب بدنبال عملکرد ضعیف در شیردهی است.

۵- ارتقاء سلامت مادران

تغذیه با شیر مادر با کاهش خونریزی پس از زایمان و کاهش سرطان های پستان، تخمدان، آندومتر و پوکی استخوان همراه است. همچنین به فاصله گذاری بین تولدها و کاهش خطرات ناشی از حاملگی های خیلی نزدیک به هم کمک می کند.

۶- مبارزه با HIV / ایدز، مالاریا و سایر بیماریها

تغذیه انحصاری با شیر مادر به همراه درمان ضدترتروویروسی مادر و کودک میتواند احتمال انتقال از مادر به فرزند را به سطح HIV بسیار پایین تنزل دهد.

۷- تضمین پایداری محیط زیست

تغذیه با شیر مادر با موارد زیر همراه است: تولید کمتر زباله های صنعتی، زباله های دارویی، زباله های پلاستیکی و آلومینیومی و کاهش استفاده از چوب و سوخت های فسیلی.

۸- تکامل مشارکت جهانی برای توسعه

استراتژی جهانی برای تغذیه شیرخوار و کودکان خردسال همکاری چند بخشی را ترویج میکند، در این راستا میتوان انواع مشارکت ها را از طریق برنامه های تغذیه با شیر مادر و تغذیه تکمیلی جهت حمایت از توسعه بنا نهاد.