



# SZOPTATÁS

## Az élet forrása

### A SZOPTATÁS VILÁGHETE 2018

2018.  
AUG.  
1-7.

A szoptatás esélyegyenlőséget teremt. A szoptatás által mindenki igazságos feltételekkel vághat neki az életnek. A szoptatás világszerte hozzájárul a nők és gyermekek jobb egészségéhez, jólétéhez és túléléséhez.

## A 2018-AS SZOPTATÁS VILÁGHETE CÉLKITŰZÉSEI

### INFORMÁLJ

Tájékoztasd a lakosságot a minőségi táplálék, az élelmiszerbiztonság, a szegénység csökkentése és a szoptatás kapcsolatáról!



### ERŐSÍTSD MEG

Tedd egyértelművé, hogy a szoptatás a jó alap az élethez!



### VONJ BE

Vonj be magánszemélyeket és szervezeteket, hogy hangosabb legyen a kampány!



### ÖSZTÖNÖZZ

Hangsúlyozd, hogy a szoptatás támogatásának nagy szerepe van az egészséges táplálkozásban, a szegénység csökkentésében és az élelmiszerbiztonság területén!



A fenntartható és igazságosabb világért erőfeszítéseket kell tennünk a szegénység megszüntetésére, bolygónk védelmére és a jólét általános biztosítására. Az alultápláltság, az élelmiszerhiány és a szegénység milliőkat érint, és a fenntartható fejlődés útjában áll. A szoptatás minden kisbaba számára egyenlő esélyeket teremt, hozzájárul a gyermekek és nők egészségéhez, növeli a túlélés esélyét.

Az anyatej kezdetben tökéletesen kielégíti a gyermek táplálékigényét és immunvédelmének is fontos része. A szoptatás a csecsemő táplálásának és az anya-gyermek kapcsolat erősítésének természetes és optimális módja. Bár a szoptatás megkezdésének aránya világszerte magas, a csecsemők mindössze 40 százalékát szoptatják kizárólagosan 6 hónapos korig és csak 45 százalékuknál folytatják a szoptatást 24 hónapos korig. A szoptatási arányok jelentős régiós és országos belüli eltéréseket mutatnak. Az optimális szoptatási gyakorlat javításával évente több mint 823 000 gyermek és 20 000 anyai halálesetet előzhetnénk meg. A szoptatás hiánya globálisan alacsonyabb intelligenciát és évi 302 milliárd dollár gazdasági veszteséget okoz.

Nagyon nehéz olyan környezetet létrehozni, amely támogatja a nőket a szoptatásban – komoly akadály többek között, hogy nem megfelelőek az egészségügyi szolgáltatások, nem elég kiforrott a családi és helyi közösségi támogató rendszer, valamint hiányosak a munkahelyi irányelvek. Az anyatejet helyettesítő termékek agresszív marketingje tovább rontja a helyzetet.

Az Egészségügyi Világszervezet Közgyűlésének 2025-re kitűzött célja a legalább 50%-os kizárólagos szoptatás elérése, ehhez komoly együttműködés szükséges. Bár jelentős előrelépések történtek, rengeteg a tennivaló, hogy megszüntessük a szakadékokat az irányelvek és azok végrehajtása között. Összefogással felhívhatjuk a figyelmet arra, hogy a szoptatásnak kiemelkedő szerepe van a jó táplálkozásban, az élelmiszerbiztonságban és a szegénység csökkentésében.

### A 2018-AS SZOPTATÁS VILÁGHETE A KÖVETKEZŐ CÉLOKRA KONCENTRÁL:

#### 1. A nem megfelelő tápláltság minden formájának megelőzése

A nem megfelelő tápláltság mind az alultápláltságra mind a túlsúlyra vonatkozik, valamint az ezek következményeként kialakuló nem fertőző betegségekre. A nem megfelelő tápláltság jelentősen hat az egészségre, rövid és hosszú távon.

#### 2. Az élelmiszerbiztonság fenntartása akár válság idején is

Az élelmiszerbiztonság azt jelenti, hogy mindenki folyamatosan élelmiszerhez juthat. Ezt befolyásolja az élelmiszerek elérhetősége, a megfizethetőség és különböző válsághelyzetek (pl.: az éhínség, természeti katasztrófák, konfliktusok és a környezetszennyezés).

#### 3. Kitorrés a szegénységből

A szegénységet számos tényező súlyosbítja, köztük az éhínség és az alultápláltság. Az éhínség a szegény családokat örvényként húzza le, és megakadályozza, hogy kitorjjenek ebből az állapotból.

A szoptatás segít a nem megfelelő tápláltság minden formájának megelőzésében, a csecsemők és a kisgyermek élelmiszerbiztonságának megoldásában, és ezáltal lehetőséget teremt az egyéneknek és nemzeteknek, hogy kitorjjenek az éhínségből és a szegénységből. Vagyis az élet alapját képezi. A szoptatás védelme, népszerűsítése és támogatása létfontosságú a fenntarthatóbb világ eléréséhez.

## A nem megfelelő tápláltság minden formájának megelőzése



### Az optimális szoptatási gyakorlat élethosszig tartó pozitív hatásai az egészségre

Komoly bizonyítékok vannak arra, hogy az optimális szoptatás hatással van:

- Az anyára: kitolja a szülések közötti időt, csökkenti az emlő- és a petefészekrák előfordulásának kockázatát, valamint a magas vérnyomás kialakulásának veszélyét.
- A gyermekre: megelőzi a fertőző betegségeket, csökkenti a hasmenéses betegségek előfordulását és azok súlyosságát, a légúti fertőzések és az akut középfülgyulladások gyakoriságát, megelőzi a fogszuvasodást és a harapási rendellenességek kialakulását. Növeli az intelligenciát.

## Az élelmezésbiztonság fenntartása akár válság idején is



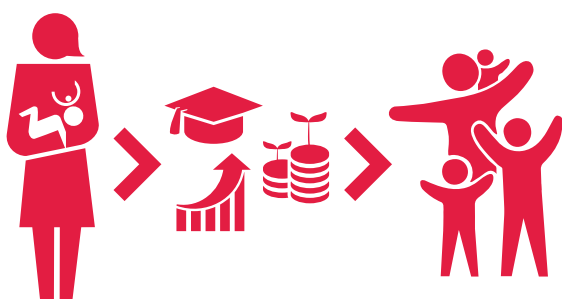
### Optimális csecsemő- és kisgyermek-táplálási gyakorlat (IYCF)

A szoptatás elengedhetetlen az anya és a gyermek egész életen át tartó jó egészségéhez.

A WHO és az UNICEF ajánlja:

- A szoptatás korai megkezdését – a születés után egy órán belül.
- Kizárólagos szoptatást az élet első hat hónapjában.
- A szoptatás folytatását kétéves korig vagy tovább, és emellett megfelelő és biztonságos kiegészítő (szilárd) élelmiszerek bevezetését hat hónapos kortól.

## A szegénységből való kitörés



### Hogyan hat a szoptatás hiánya a gazdaságra és a környezetre?

A szoptatás hiánya a teljes társadalomra rövid és hosszú távon is költségeket ró az alábbi területeken:

- A nem szoptatott csecsemők IQ-ja alacsonyabb, csökken az esélyük a megfelelő oktatásban való részvételre, ezáltal kevesebb lesz a jövedelmük felnőtt életük során.
- Az alacsony szoptatási arány hozzájárul a gyakoribb megbetegedésekhez, ezzel növeli az egészségügyi ellátás költségeit.
- A csecsemőtápszerek gyártása, csomagolása, tárolása, forgalmazása és elkészítése hozzájárul a környezetszennyezéshez.

**Régóta ismert tény, hogy az alacsony jövedelmű országokban gyakori az alultápláltság, amely a növekedés elmaradásával jár.** Mindemellett a túlsúly és az ennek következményeként kialakuló betegségek az alacsony jövedelmű országokra még nagyobb terhet rónak, mint a magasabb jövedelműekre. A szoptatás hiánya járhat mind túlsúly, mind alultápláltság kialakulásával. Mindkét forma súlyos egészségügyi következményekkel jár, rövid és hosszú távon.

Az alacsony jövedelmű családokban a csecsemők alultápláltságának leggyakoribb oka a tápszerek használata. Az alultápláltság közvetetten megelőzhető a komoly hasmenéses megbetegedések elkerülésével. Sok tényező közre játszik az optimális növekedésben a szoptatáson kívül. Ilyen a kiegészítő táplálás megkezdésének ideje, mennyisége, gyakorisága. A nem megfelelő tápláltság másik formája a túlsúly.

Az elhízás veszélye egyenes arányban növekszik a tápszeres táplálás mértékével. Ez világszerte egyre nagyobb problémát jelent.

A szoptatás az anya tápláltságára is hatással van. Az a feltételezés, miszerint az anyák a szoptatás miatt válnak alultáplálttá, nem igazolódott be. A megfelelő anyai tápláltság, a szülések közötti optimális időbeli távolság és a fogamzásgátlókhoz való hozzáférés képes együttesen megelőzni az alultápláltságot. A kizárólagos szoptatás segít az anyának a várandósság előtti testsúly visszanyerésében és jó eséllyel csökkenti a cukorbetegség kialakulásának veszélyét.

Az optimális szoptatási gyakorlat segít a nem megfelelő tápláltság minden formájának megelőzésében mind az anyára mind a gyermekre kiterjedő élethosszig tartó pozitív hatásai révén.

**Az Egyesült Nemzetek Szervezete így határozza meg: Élelmiszerbiztonság akkor valósul meg, „amikor folyamatosan minden ember mind fizikai, mind társadalmi és gazdasági értelemben hozzájut a biztonságos és tápláló élelemhez, amely kielégíti a szükségleteit ahhoz, hogy produktív, egészséges életet élhessen.”** Az élet első 1000 napja különösen fontos, mivel ez az időszak alapozza meg az egyén fejlődését. A szoptatás a születéstől kezdve szavatolja a csecsemők számára az élelmiszerbiztonságot, sőt hozzájárul az egész család élelmiszerbiztonságához. A csecsemők és kisgyermekek optimális táplálását védő, támogató irányelveknek szólniuk kell a várandós és szoptató anya élelmiszerbiztonságáról is.

A szoptatás az emberiség egészsége és az ökoszisztémák szoros kapcsolatának kiváló példája. Az anyatej természetes, megújuló, környezetbarát élelemforrás, amely a termelése és a fogyasztóhoz juttatása során nem okoz semmilyen szennyeződést, nincs szükség csomagolásra és nem képez hulladékot. Ezzel szemben a mesterséges táplálás óriási ökológiai

lábnyomot hagy maga után, és hozzájárul a természeti erőforrások kimerüléséhez, a környezetkárosodáshoz és a klímaváltozáshoz. A tejtermelő szarvasmarhatartás gázkibocsátása fokozza az üvegházhatást. Ezen felül a csecsemőtápszerek előállítás, csomagolás, tárolás, szétosztása nagy mennyiségű fosszilis tüzelőanyag és víz felhasználást igényel. Összességében a mesterséges táplálás hozzájárul az üvegházhatást okozó gázkibocsátáshoz és a vízhiányhoz, ami tovább súlyosbítja a klímaváltozást.

A klímaváltozás természeti csapásokhoz és humanitárius válságokhoz vezet. A tejporellátás megbízhatatlansága és a nem megfelelő higiéniai állapotok, melyek a vészhelyzeteket jellemzik, a szoptatást teszik a legbiztonságosabb megoldássá.

A szoptatás az egyetlen klímabiztos megoldás, amely szavatolja az élelmiszerbiztonságot válsághelyzetek idején is. A szoptatás védelme, elősegítése és támogatása létfontosságú bolygónk és az emberiség egészsége érdekében.

**Csak akkor beszélhetünk fenntartható világról, ha bolygónk egészén véget vetünk a szegénység minden formájának.** Pinstrup-Andersen szerint „nem minden szegény ember éhes, de szinte minden éhes ember szegény. Milliók szenvednek az éhségtől és az alultápláltságtól, mert egyszerűen nem engedhetik meg maguknak, hogy elég élelmiszert vásároljanak, hogy amit vásárolnak, az tápláló legyen, vagy nem tudják megvásárolni azokat a mezőgazdasági eszközöket, melyekkel elegendő élelmet tudnának termelni saját ellátásukra.” Az éhség és a szegénység ördögi kört alkot, meggátolva az emberek maximális fizikai és szellemi kibontakozását.

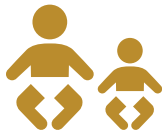
A szoptatás esélyegyenlőséget teremt, így minden gyermek méltányos körülmények között vághat neki az életnek. Lehetővé teszi kisgyermek milliói számára a túlélést, a jó gyarapo-

dást, megalapozza a jobb egészséget és egy ígéretesebb jövőt. Az anyatej a legtáplálóbb és legjobb immunvédelmet biztosító élelmiszer a csecsemők és kisgyermek számára. Semmilyen tápanyag sem támogatja az agy fejlődését úgy, mint az anyatej. A szoptatás elősegíti a kognitív fejlődést, a magasabb IQ-t. Ennek köszönhetően elérhető a magasabb iskolai végzettség, javulnak az esélyek a munkaerőpiacon, és hosszú távon magasabb jövedelem érhető el. A nem megfelelő táplálás kisgyermekkorban – az agy intenzív fejlődési időszakában – jelentős kognitív és gazdasági veszteséget okoz.

A szoptatás javítja a gyermekek és anyák egészségét és jólétét, ezért az országok fejlődésének és jövőjének az alapját képezi. Ez a nagyszerű esélyegyenlőséget biztosító gyakorlat segíthet megszakítani a szegénység ciklusát.

Világszerte mintegy

**155 millió**



5 év alatti gyermek visszamaradt a növekedésben, 52 millióan sorvadtak és 41 millió a túlsúlyos.<sup>1</sup>



Az alacsony és közepes jövedelmű országokban a szoptatás

**21%-kal** csökkenti a csecsemőhalálozást az első évben azokhoz a kisbabákhoz képest, akik sosem kaptak anyatejet.<sup>2</sup>



Becslések szerint a szoptatás

**10%-kal**

csökkenti a túlsúly és elhízás veszélyét a tápszeres tápláláshoz képest.<sup>3</sup>

Több, mint

**1,9 milliárd**

túlsúlyos és 650 millió elhízott felnőtt (18 éven felüli) él a világon.<sup>1</sup>



1. Child malnutrition. (n.d.). Retrieved from <http://www.who.int/gho/child-malnutrition/en/>
2. Akst, J. (2015). Breast Milk and Obesity: A study links components of a mother's milk to her infant's growth. Retrieved from <https://www.the-scientist.com/>
3. Sankar, M. J. et al. (2015). Optimal breastfeeding practices and infant and child mortality: A systematic review and meta-analysis. Acta Paediatrica, 104, 3-13

Globálisan **815 millió** ember szenved tartós élelmiszerhiányban. Nagy részük (489 millió) konfliktus sújtotta területen él.<sup>4</sup>

A globális csecsemőtápszer-piac forgalma a becslések szerint 2019-re eléri a

**70,6 milliárd USD**

forgalmat.<sup>5</sup>



Egyetlen kilogramm por alapú csecsemőtápszer előállításához több, mint

**4000 liter**

víz szükséges.<sup>6</sup>



**1%**

Az anyatej minősége és mennyisége nagyjából független az anya tápláltsági állapotától, kivéve az extrém mértékben alultáplált nőkben (a női populáció mindössze 1%-a).<sup>7</sup>



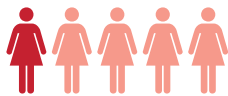
Világszerte mintegy

**60 millió,**

a helytelen tápláltság több formájának kitett menekült és hontalan él, köztük rengeteg nő és kisgyermek – akiknek előnyére válhat a szoptatás.<sup>8</sup>

4. Food and Agriculture Organization of the United Nations. (n.d.). How close are we to #ZeroHunger? Retrieved from <http://www.fao.org/state-of-food-security-nutrition/en/>
5. Save the Children. (2018). Don't push it. Why the formula milk industry must clean up its act. Retrieved from <https://www.savethechildren.org.uk/content/dam/gb/reports/health/dont-push-it.pdf>
6. Linnekar, A. et al. (2014). Formula for disaster. Weighing the Impact of Formula Feeding vs. Breastfeeding on Environment. Retrieved from <http://ibfan.org/docs/FormulaForDisaster.pdf>
7. During disasters, breastfeeding's advantages shine. (n.d.). Retrieved from <https://www.enonline.net/breastfeedingadvantagesdisasters>
8. Nutrition in emergencies. (n.d.). Retrieved from [http://www.wpro.who.int/nutrition\\_wpr/nutrition\\_emergencies/en/](http://www.wpro.who.int/nutrition_wpr/nutrition_emergencies/en/)

A világon



**minden ötödik ember**

naponta 1,90 USD-nál kevesebb összegből él.<sup>9</sup>

A lerövidült szoptatási időtartam

**2,6 IQ pont**  
**veszteséggel**  
**jár.**<sup>10</sup>



A szoptatás az egyik legjobb befektetés a globális egészségügyben.

**Minden egyes** szoptatásba  
fektetett **dollár 35 USD**

gazdasági **hasznot teremt.**<sup>10</sup>

**A szoptatás hiánya**

a világ nemzeti bruttó jövedelmében 0,49%,

azaz **302 milliárd USD**

gazdasági **veszteséget jelent.**



9. Poverty - United Nations Sustainable Development. (n.d.). Retrieved from <https://www.un.org/sustainabledevelopment/poverty/>
10. Nurturing the Health and Wealth of Nations: The Investment Case for Breastfeeding. <http://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/global-bf-collective-investmentcase.pdf>

# ESETTANULMÁNYOK

A fent említett problémák azonnali cselekvést igényelnek. Tanulmányozd, hogy különböző szervezetek hogyan integrálják az optimális csecsemőtáplálást (amely természetesen magába foglalja a szoptatást) az élelmezésbiztonsági és táplálási programokba. Ismerd meg, hogyan támogatják a nőket katasztrófahelyzetekben, hogyan javítják az életkörülményeiket és hoznak létre fenntartható változást közösségi támogatók bevonásával.

## 1. ESETTANULMÁNY

### Tanulás a gyakorlatban: A kiegészítő táplálás javítása

<http://www.thp.org/news/learning-action-improving-complementary-feeding>

Malawiban például az alultápláltság súlyos problémát jelent, amelyet az élelmiszerhiány, az egészségtelen életmód, környezeti problémák és a rossz élelmiszerellátás okoz. Egy kutatás szerint, amely elsősorban az élet első 1000 napjára koncentrált, az első 6 hónapban tartó kizárólagos szoptatás, majd a 6 hónapos kortól 23 hónapos korig, megfelelő kiegészítő táplálás mellett folytatott szoptatás biztosíthatja a gyermekek megfelelő fejlődését, és így megelőzhető a fejlődésben való elmaradás és az alultápláltság.

Nagyon fontos a családok és a gondozók oktatása az élet első 1000 napjára vonatkozó jobb táplálási gyakorlatról. A tanulmány során a következő beavatkozásokra került sor: a gazdákat élelmiszerbiztonságra és a mezőgazdaság diverzifikálására oktatták, míg a kisgyermekgondozókat felvilágosították a megfelelő tápanyagokról és a legjobb táplálási gyakorlatokról.

#### Hogyan alkalmazhatjuk ezeket a leckéket az éhezés elleni programban?

1. Használjunk helyben rendelkezésre álló élelmiszereket, melyek a lehető legjobban kiegészítik a szoptatást, és adjunk információt arról, mivel helyettesíthetjük az alapvető élelmiszereket szezonon kívül.

2. Terjesszük el a hiteles információkat az adagok méretéről, a különböző életkoroknak megfelelő ételekről és rágcsálnivalókról, különösen a kisgyermekek számára készült dúsított kásákról. Még ha a családok azt gondolják is, hogy a gyerekeik túl nagyok az ilyesfajta ételhez, ezek továbbra is megfelelő tápanyagot biztosítanak.

3. Vegyük figyelembe a családi dinamika egyediségét! Minden családtagnak oktatásban kellene részesülnie, hiszen a táplálás túlnyúlik nemem, generációkon (különös tekintettel a nagymamákra) és a háztartásokon is.

4. A mezőgazdaság támogatása, valamint a szezonális terményekről szóló oktatás – összekapcsolva az egészségről és táplálkozásról szóló ismeretekkel – segíteni fogja a családokat, hogy egész évben tápláló ételeket főzzenek. Az ételreceptekhez és főzőtanfolyamokhoz való hozzáférés szintén elősegíti a jó egészséget és önbizalmat ad a tápláló ételek készítéséhez.

## 2. ESETTANULMÁNY

### Szoptató anyák támogatása katasztrófák esetén

<https://www.worldvision.org/gender-equality-news-stories/support-breastfeeding-moms-emergencies>

Miután 2013-ban a Haiyan tájfun lecsapott a Fülöp-szigeteken, sok anya azt mondta a World Vision dolgozóinak, túl nagy stressz alatt voltak ahhoz, hogy szoptassanak, ezért inkább vizet adtak a csecsemőiknek, hogy megtöltsék a gyomrukát és elcsendesítsék őket. Létfontosságú ismeretek hiányában a veszélyes hasmenésnek tették ki csecsemőiket. Ezeknek a sebezhető anyáknak biztonságos helyre volt szükségük, ahol megfelelő oktatást és támogatást kaphattak.

Biztonságos hely, ahol az anya szoptathat:

Rendkívül fontos, hogy az anyák és gyermekeik olyan biztonságos helyet találjanak, melyet védettnek és megfelelően intimnek éreznek a szoptatáshoz, és ami valamiféle normalitást biztosít nekik – mondja Welhul Wang, a World Vision gyermekvédelmi szakértője. A hosszan tartó katasztrófa helyzetek esetén, mint amilyen a Haiyan tájfun és a 2015-ös nepáli földrengés volt, a szoptató anyáknak létesített

programok csendes helyet biztosítottak számukra, míg visszakerülhettek otthonaikba.

A négygyermekes Myrna számára óriási megkönnyebbülést jelentett, hogy legfiatalabb gyermekét, Marie Rose-t egy ilyen helyre vihet-e a Haiyan tájfun után.

„Mikor ide jövünk, Marie Rose és én is megnyugodhatunk, elfeledkezhetünk a problémákról és aggodalmakról” mondja Myrna „És sokat tanultam a többi anyával együtt.”

A jó szándékú segítség kárt okozhat:

A csecsemőtápszer előkelő helyen van az ellátmányok listáján, amit a jó szándékú emberek adományozni akarnak a katasztrófa sújtotta lakosságnak, mondja Minnie Portales. Azonban a nagy mennyiségű ingyenes tápszer eltéríti azokat az anyákat a szoptatástól, akik a megfelelő támogatás mellett tovább szoptattak volna.

## 3. ESETTANULMÁNY

### Peruban az őslakosok támogatásával sikeresen csökkentik az alultápláltságot a helyi közösségekben

<http://www.thp.org/news/peru-indigenous-promoters-work-communities-successfully-reduce-malnutrition/>

Peruban egy 26 fős, őslakosokból álló, támogató csoport folyamatosan dolgozik a helyi lakosok vezetői képességének, önértékelésének és önbecsülésének fejlesztésén, valamint igyekeznek a férfiakat és nőket külön-külön is megszólítani. Ez az önkéntes csoport valódi sikereket ért el a Shawi őslakos közösségében a Perui Éhezés Elleni Program és a Perui Őslakos Kulturális Központ együttműködésével. Tizenöt támogató, köztük férfiak és nők folyamatosan látogatják és tanítják a közösségeket a klímaváltozás tükrében elérhető legjobb

mezőgazdasági gyakorlatra. Megtanítják a nőket, hogyan javíthatnak táplálkozási szokásaikon, valamint gyermekeik egészségén és higiéniáján, különös tekintettel a 3 év alatti Shawi gyermekekre. A koncepció része a különböző élelmiszercsoportokról, és a 6 hónapig tartó kizárólagos szoptatásról szóló oktatás. Ezen tevékenységek sikeresen csökkentették a csecsemők krónikus alultápláltságát Peru nyolc Shawi közösségében.

# TENNIVALÓK

Bárhol is vagy, informáld, erősítsd meg, vonj be és ösztönözz a szoptatásra, mint az élet alapjára.



## INFORMÁLJ

- Tudatosítsd a mesterséges táplálás kockázatait és hátrányait, különösen a veszélyeztetett populációkban!
- Tájékoztass az optimális szoptatási gyakorlat élethosszig tartó hatásairól!
- Segítsd elő a szoptatást, mint az ökológiai lábnyom csökkentésének egyik módját!
- Folytass párbeszédet a nem szoptatás háztartásokat érintő és országos szintű költségeiről!



## ERŐSÍTSD MEG

- A túlsúly és elhízás ellen küzdő programok tartalmazzák a kizárólagos szoptatás védelmét, támogatását és elősegítését!
- Ajánld a minisztériumok, (pl. a földművelési minisztérium) figyelmébe, hogy az élelmezésbiztonság az optimális szoptatási gyakorlat biztosításával kezdődik!
- Valamennyi érintett szakma főiskolai és egyetemi tantervébe integrálja az anyatejes táplálás oktatását!
- Integráld a szoptatás oktatását olyan programokba, amelyek az anyák, az újszülöttek, a gyermekek, a serdülők egészségét és fejlődését érintik!
- Gondoskodni kell arról, hogy a 2017. évi ENSZ-operatív iránymutatása a csecsemő- és kisgyermekkor táplálkozás menedzsmétről vészhelyzetekben valóban alkalmazásra kerüljön minden segítő beavatkozásnál!



## VONJ BE

- Vonj be olyan szervezeteket, amelyek táplálkozással, az éhezéscsökkentéssel, élelmezésbiztonsággal, élelmiszerellátással, környezetvédelemmel, klímaváltozással és a szegénység csökkentésével foglalkoznak!
- Vonj be fiatalokat, hogy innovatív megközelítéssel segítsék a változást!
- A férfiak és egyéb családi támogatók is vegyék ki részüket a család ellátásában és a háztartásban!
- A különböző tudományterületeken dolgozó csapatok és a szoptatástámogató szakdolgozók kapacitására építve alkoss láncot az anyák támogatására!



## ÖSZTÖNÖZZ

- Segítsd elő a Bababarát Kórház Kezdeményezés végrehajtását és olyan közösségi programok létrehozását, melyek a szoptató anyákat támogatják és képviselik!
- Léptess életbe fizetett anyasági és szülővédelmi irányelveket, minimum szabványnak tekintve az ILO Anyaságvédelmi Egyezményt!
- Teljes egészében alkalmazd az Anyatejhelyettesítő Tápszerek Nemzetközi Kereskedelmi Kódexét és felügyeld ennek, valamint az Egészségügyi Közgyűlés idevágó határozatainak betartását!
- Kísérd figyelemmel a csecsemőtápszerek-termelés, elosztás és fogyasztás láncának környezeti hatásait!
- Javasold a befektetések növelését a szoptatástámogató programok minden szintjén!

## Tegyünk együtt az egészségesebb, fenntarthatóbb, virágzó jövőért!

A Szoptatás Világhetének 2018-as mottója:

**Szoptatás: az élet forrása.**

A szoptatás elősegíti a nem megfelelő tápláltság minden formájának megelőzését és élethosszig tartó pozitív hatást gyakorol a gyermekekre és az anyákra. A szoptatás olyan klímaturatos döntés, amely segíti az élelmezésbiztonság fenntartását még válság idején is. A szoptatás védelme, támogatása és elősegítése létfontosságú a bolygónk és a rajta élő emberek egészsége szempontjából. A szoptatás nemcsak a gyermekek egészségének kulcsa, hanem az ország fejlődésének alapja is. Esélyegyenlőséget biztosít, ami segít kitörni a szegénységből.

A sikeres szoptatás csapatmunkát igényel. Az érdekelt felek összefogásával, (beleértve az egészségügyet a helyi közössége-

ket, hatóságokat és munkáltatókat) létrehozhatunk egy szoptatástámogató láncot. Ez a lánc következetes üzenetekkel és megfelelő ajánlásokkal biztosítja, hogy az anya-babapárok folyamatos, szakértői támogatásban részesüljenek.

A WABA a malajziai Penangban egy szoptatásbarát közösség létrehozását koordinálja. A program hosszú távú célja a szoptatásbarát szemlélet integrálása

az egészségesebb, fenntartható városokat fejlesztő kezdeményezésekbe.

A szoptatástámogatás láncát bárhol létrehozható. Találsz rá példát a saját közösségedben? Oszd meg az erről szóló történeteket! Fektessük le együtt egy egészségesebb, fenntarthatóbb, virágzó jövő alapjait!

## TOVÁBBI INFORMÁCIÓ:



Szoportatásért  
Magyar Egyesület



La Leche Liga  
Magyarország

Szoptatás Világhete, 2013: „A szoptatás támogatása – Az édesanyák mellett”  
Szoptatás Világhete, 2014: „Szoptatás – egy életre nyerhetsz vele!”  
Szoptatás Világhete, 2015: „Munka és szoptatás – Valóítsuk meg együtt!”  
Munka és szoptatás – Magyar vonatkozások, gyakorlati megfontolások  
Szoptatás Világhete, 2016: „Szoptatás: a fenntartható fejlődés egyik alapköve”  
Szoptatás Világhete, 2017: „Tegyünk együtt a szoptatásért”

