



# ДА ПОДКРЕПИМ КЪРМЕНЕТО ЗА ПО-ЗДРАВА ПЛАНЕТА



ССК | СВЕТОВНА СЕДМИЦА НА КЪРМЕНЕТО 2020

## ЕДИН ЗА ВСИЧКИ, ВСИЧКИ ЗА ЕДИН

Световната седмица на кърменето 2020 (#WBW2020) подчертава връзките между кърменето и здравето на планетата. Кампанията представя рамка за разбиране на тези връзки, очертава някои от предизвикателствата и предлага някои възможни решения.

*Трябва да признаем, че „къщата ни гори“ и че следващото поколение изисква от нас да действаме бързо, за да намалим въглеродните отпечатъци във всяка сфера на живота... Кърменето е част от тази мозайката и са необходими спешни инвестиции в сектора.*

Джофе, Уебстър & Шенкер. (2019)



## ЦЕЛИ НА #WBW2020



### ИНФОРМАЦИЯ

за хората относно връзките между кърменето и промените в климата и околната среда



### УТВЪРЖДАВАНЕ

на кърменето като „умно“ решение по отношение на климата



### АНГАЖИРАНЕ

с лица и организации за постигане на по-голямо въздействие



### ПОДБУЖДАНЕ

на действия за подобряване на здравето на планетата и хората чрез кърменето

## Кърменето и здравето на планетата

Концепцията за планетарното здраве е определена като „здравето на човешката цивилизация и състоянието на природните системи, от които зависи“. Взаимосвързаната същност на хората и планетата изисква да намерим устойчиви решения, които да са от полза и за двете страни.

Устойчивото развитие има за цел да отговори на нуждите на сегашното поколение, без да се компрометират бъдещите поколения. Кърменето е от ключово значение за всички Цели за устойчиво развитие на ООН (ЦУР).

## Храната и храненето имат значение

Промените в климата и влошаването на околната среда са едни от най-належащите предизвикателства пред нашия свят днес. Емисиите на парникови газове - въглероден диоксид, азотен оксид, метан и други, дължащи се на човешката дейност - повишават глобалните температури с над 1 °C от преди индустриалната епоха. Интересно е, че емисиите на парникови газове са намалели поради въздействието на нашите отговори на друго спешно предизвикателство - по-непосредствения проблем с пандемията COVID-19. От това могат да се извлекат няколко урока и да се прилагат към предизвикателството на изменението на климата. Влошаването на околната среда в резултат на замърсители във въздуха, водата или доставките на храни, прекомерното използване на оскъдните ресурси, прекомерните отпадъци и унищожаването на местообитанията често се причиняват от човешката дейност. Нашите системи за производство на храни и модели на потребление значително допринасят за изменението на климата и влошаването на околната среда. Пандемията COVID-19 ни научи, че всички сме засегнати и е необходим незабавен

координиран обществен отговор. Всички можем да направим нещо, за да намалим въглеродния и екологичния си отпечатък, като започнем с това как храним нашите бебета. Съществуващите спешни здравни ситуации като COVID-19 също представляват предизвикателства, които засягат храненето на бебетата.

### Препоръки на СЗО и УНИЦЕФ за оптимални практики за хранене на кърмачета и малки деца

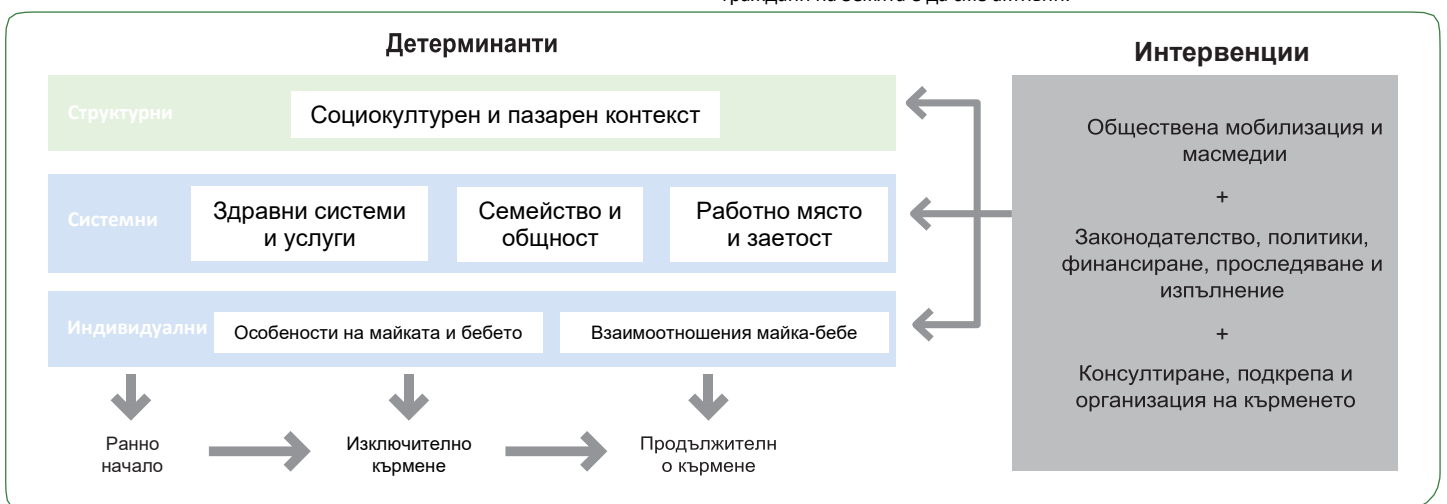
- Ранно започване на кърменето в рамките на един час след раждането
- Изключително кърмене за първите шест месеца от живота
- Продължаващо кърмене до две години или по-нататък, с въвеждането на адекватни като хранителен състав и безопасни допълващи (твърди) храни от 6-месечна възраст.

## Инвестиране в подкрепата за кърмене

Кърменето е една от най-добрите инвестиции за спасяване на живота на бебетата и подобряване на здравето, социалното и икономическото развитие на хората и нациите. Създаването на благоприятна среда за оптимални модели на хранене на бебета и малки деца е обществен императив.

И така, какво е необходимо за създаване на благоприятна среда и подобряване на практиките за кърмене? Защитата, насърчаването и подкрепата на кърменето са важни стратегии на структурно, системно и индивидуално ниво (вижте схемата по-долу). Координираните действия за

оптимално хранене на бебета в обичайните времена и във времена на извънредни ситуации са от съществено значение за гарантиране на задоволяването на хранителните нужди на всички бебета. Подпомагането на кърменето има краткосрочно и дългосрочно въздействие върху планетарното здраве. Това е спешен императив и трябва да дискутираме по-интензивно, да призовем за по-сериозни изследвания и да ангажираме всички съответни сектори да предприемат действия. Колкото и спешни да са кризата и реакциите на COVID-19, не спира и необходимостта от застъпничество за кърменето като обществено-здравна интервенция, която спасява живота и предотвратява инфекциите и болестите на населението като цяло. Наше задължение като граждани на Земята е да сме активни.



От “Защо да инвестираме и какво ще струва да подобрим услугите за кърмене?” от [Rollins et al. \(2016\)](#).

*Кърменето може да изглежда като необичаен войник във войната срещу изменението на климата, но може да допринесе за промяната в резултата.*

[Д-р Тару Джиндал, 2020](#)

# ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВА



## Планетарното здраве изисква устойчиво действие

С течение на времето мащабът на човешкото въздействие върху природния свят е все по-значимо. Изчерпването и унищожаването на природните ресурси и увеличаването на въглеродните емисии са в най-високите си нива поне за последните 800 000 години. Трябва да защитим нашата планета и собственото си здраве чрез (1) отговорно използване на ресурси като земя, вода и енергийни източници, (2) запазване на биологичното разнообразие и (3) потребление с грижа. Някои от 10-те Цели за устойчиво развитие предоставят насоки за конкретни действия за борба с влошаването на околната среда и климатичната криза. Кърменето е свързано с всички тях и е от ключово значение за постигане на устойчиво развитие.



## Кърменето е част от устойчивите хранителни системи

Производството на храна е отговорно за около 26% от въглеродните емисии. То също допринася за около 32% от глобалното повишаване на киселинността на почвата и 78% от свръхминерализацията на водните басейни. Нашите съвременни практики за производство и потребление на храни влошават сухоземните и водните екосистеми и движат климатичните промени. Всяка стъпка през нашия жизнен цикъл, направена за смекчаване на влошаването на околната среда и климатичната криза, е от значение. Кърмата е първата храна, която консумираме, и е критично важна част от устойчивата хранителна система. От друга страна, храненето със заместители на кърмата допринася за проблема и е все по-широко разпространяващо се явление. Трябва по-добре да разбираме въздействието на различните методи на хранене върху планетарното здраве както в нормални, така и в извънредни ситуации.



## Нововъзникващи тенденции в глобалното здраве и хранене

Въпреки че през последните няколко десетилетия е постигнат голям напредък в глобалното здравеопазване, има няколко нововъзникващи предизвикателства, като например природни бедствия, огнища на инфекциозни заболявания като продължаващата пандемия COVID-19, както и липса на адекватни здравни системи. Редица държави са изправени пред двойната тежест от прекомерното хранене и недохранването. Неинфекциозните заболявания също са във възход. Хранителната несигурност засяга милиони хора, особено в райони, предразположени към конфликти и бедствия. Нашите модели на хранене и консумация на храна са основни фактори за тези проблеми. Кърменето може да допринесе за краткосрочно и дългосрочно здраве, добро хранене и продължителна сигурност при нормални и извънредни ситуации. Защитата, насърчаването и подкрепата на кърменето преди, по време и след извънредни ситуации може да постави допълнителни предизвикателства, с които всички ние трябва да се справим.



## Методът на хранене на бебето има значение

Храненето със заместители на кърмата влияе върху околната среда и климата поради методите на производство, опаковане, разпространение и приготвяне. От друга страна, производството на кърма изисква само известно количество допълнителна храна, която майката трябва да консумира, поради което използват по-малко природни ресурси и в резултат на това почти няма отпадъци. Увеличаването на оптималното кърмене може да предотврати повече от 823 000 детски и 20 000 майчински смъртни случаи всяка година. Не-кърменето е свързано с по-ниска интелигентност и води до икономически загуби от около 302 милиарда долара годишно.

## Положителни ефекти върху здравето при оптимално кърмене през целия живот

- Жени: помага за увеличаване на времето между ражданията, намалява риска от рак на гърдата и яйчниците и понижава риска от хипертония;
- Деца: намалява инфекциозните заболявания, понижава честотата и тежестта на диарията, намалява респираторните инфекции и острия отит на средното ухо, предотвратява кариеса и неправилното подреждане на зъбите и повишава интелигентността.



## Бавен напредък в подобряването на кърменето

Само около 40% от всички родени годишно бебета са изключително кърмени до шестмесечна възраст и едва 45% продължават кърменето до две години. Често липсва подкрепа за кърмене, независимо дали в здравната система, на работното място или в общността. Например липсата на отпуск по майчинство и подкрепа на работното място поставя допълнително предизвикателство пред оптималното кърмене. В извънредни ситуации кърменето може да бъде компрометирано и за тези бебета, които се нуждаят от алтернатива - дареното човешко мляко може да не е лесно достъпно, а веригата на доставки за заместители на кърма често може да бъде прекъсната. През 2019 г. общата пазарна стойност на млеката за кърмачета и преходни млека беше около 71 милиарда щатски долара, като растежът на продажбите е особено силен в страните с ниски и средни доходи. В допълнение към растежа на продажбите на млеката за кърмачета има разрастващ се пазар на млека за следващи възрасти до 3 г., които според СЗО са ненужни. Неетичните маркетингови практики в индустрията на заместители на майчина кърма продължават да влошават ситуацията.





## Екологичният отпечатък на ЗК

### Млекопроизводство и въглеродното преработване

Основната съставка на повечето заместители на майчина кърма е краве мляко. Млекопроизводството обикновено отделя значителни количества метан и други въглеродни емисии. Освен това производството на фуражи или пасищата, необходими на млечния добитък, могат да доведат до обезлесяване. Това от своя страна увеличава количеството въглероден диоксид, тъй като дърветата вече не са на разположение, за да го абсорбират и да осигуряват неговото преработване за предотвратяване на климатичните промени. Хранителните фуражи за млечни крави се добиват от зърнени култури и соя, отглеждани при интензивна употреба на пестициди и торове. Това оставя след себе си друг основен екологичен отпечатък.

### Източници на енергия и въглеродни емисии

Както при повечето хранителни производства, за процесите на производство, опаковане, дистрибуция и приготвяне на заместителите на кърма се изисква енергия. Ако източникът на енергия са изкопаемите горива, нивото на въглероден отпечатък ще бъде по-високо. Парижкото споразумение за изменението на климата насърчава правителствата и индустриите да работят за намаляване на въглеродните емисии и увеличаване на възобновяемата енергия за постигане на глобалните климатични цели. За щастие има някои системни усилия за спазване на тази препоръка.

### Отпадъци в нашата среда

Отпадъците са друг фактор, който трябва да се вземе предвид по отношение на екологичния отпечатък. Храненето на един милион бебета със заместител на кърмата за две години изисква средно приблизително 150 милиона кутии млека за кърмачета и преходни млека. Металните кутии, ако не бъдат рециклирани, вероятно ще се окажат в депата за отпадъци, докато пластмасовите, алуминиевите и хартиените отпадъци често се озовават в океаните ни.

### Воден отпечатък на заместителите на кърма

Водният отпечатък се отнася до общия обем сладка вода, използван за производство на стоки и услуги, консумирани от един човек или една общност или които са необходими за производството на един бизнес. Производството и подготовката на млека за кърмачета изисква вода. Прясната вода е оскъден природен ресурс и суровина и затова трябва да бъде защитена. Изчисляването на водния отпечатък на млечните продукти е сложно, тъй като зависи от географското местоположение, системата за отглеждане на мляко и други фактори. Всички усилия за запазване, рециклиране и попълване на нашите водоизточници обаче са от съществено значение.



## Екологичният отпечатък на кърменето

Кърменето в продължение на шест месеца след раждането изисква средно допълнителни 500 ккал енергия на ден. Въпреки че кърменето може да изисква допълнителен прием на вода в зависимост от фактори като времето и нивата на активност, няма доказателства за необходимото количество, което да надхвърля физиологичните изисквания. Различните видове храна имат различен въглероден отпечатък, като предимно диетите на растителна основа се считат за по-здравословни за планетата. Всички родители трябва да бъдат подкрепени да правят здравословни хранителни и планетарни избори, особено в целия репродуктивен цикъл, който включва и кърменето. В зависимост от нашия начин на хранене, въглеродният отпечатък ще бъде различен. Директното кърмене и ръчното изцеждане на кърма са ефективни по отношение на намаляване на отпадъците и спестяване на енергия и други ресурси. Въпреки че изцеждането с помпа за кърма изисква допълнително оборудване, повечето помпи са за многократна употреба и по този начин са по-добри за околната среда в сравнение с храненето със заместител на майчината кърма.



## Сравняване на въглеродните отпечатъци

Прецизното изчисляване и сравняване на въглеродните отпечатъци на заместителите на кърма и кърменето е сложна задача и са проведени само няколко проучвания. Най-разпространената използвана методология е оценката на жизнения цикъл, която отчита емисиите на въглероден двуокис от емисиите от производството до директното потребление и включва много променливи фактори и допускания. Тук са представени две проучвания, фокусирани върху въглеродния отпечатък на заместителите на кърма и кърменето:

- Сравнителен модел, използващ данни от Бразилия, Китай, Обединеното кралство и Виетнам, показва, че въглеродния отпечатък, свързан с кърменето (включително допълнителна енергия, необходима на кърмещите майки), е 43%, 53%, 40% и 46% по-нисък в сравнение с въглеродния отпечатък, свързан с производството и използването на заместители на кърма. Разликите отразяват главно методите на производство и диети на кърмещи майки в съответните страни. Важни са и методите за изчисляване на въглеродния отпечатък, включително дали е включена стерилизация на бутилки.
- Доклад от казуси от шест държави в Южния и Азиатско-Тихоокеанския регион показва колко въглеродни емисии се получават от продадените млека за кърмачета и преходни млека. Докладът разкри, че производството на млека за кърмачета и преходни млека се очертава като важен източник на въглеродни емисии. Голямо безпокойство предизвиква нарастващото използване във всички проучвани страни на ненужните млека за малки деца (след първата година на бебето).

# РЕШЕНИЯ

## Подкрепа за всички

## Какво може да направите

### Целите за устойчиво развитие като рамка за здравето на планетата



ЦУР са за хората, планетата, просперитета и мира. Кърменето е едно от многото устойчиви решения за планетарното здраве. ЦУР предоставят рамка за справяне с няколко от настоящите предизвикателства пред планетарното здраве. Гарантирането на благосъстоянието включва прекратяване на бедността, глада и недохранването, насърчаване на доброто здраве, както и гарантиране на правото на достоен труд, равенство между половете, приобщаване и мир. Улесняващата среда за кърмене изисква основен пакет от интервенции: майчинство/защита на родителството, обучение на здравни специалисти и обществени работници, инициативата „Болница приятел на бебето“, достъп до консултации по кърмене, както и прилагане и мониторинг на Международния кодекс за маркетинг на заместители на кърмата и съответните резолюции на Световната здравна асамблея.

- Привеждане на националните и международните политики и насоки относно кърменето и храненето на кърмачетата и малките деца с дневния ред на Целите за устойчиво развитие и други инициативи за околната среда/климата.
- Гарантиране, че се залага на обществено-здравната перспектива за подкрепа на инициативата „Болница приятел на бебето“ и консултирането по кърмене сред общото население, включително по време на извънредни ситуации.
- Повишаване на осведомеността сред лицата, вземащи решения, за да разпознаят приноса на кърменето за продоволствената сигурност и устойчивостта на околната среда.
- Застъпничество за политики, насочени към намаляване на въглеродните емисии от индустрията на заместители на кърма.
- Гарантиране, че Международният кодекс за маркетинг на заместители на кърма и съответните резолюции на Световната здравна асамблея са изцяло приложени и контролирани.
- Приемане на политиките за платен семеен отпуск и кърмене на работното място въз основа на Конвенцията за защита на майчинството на Международната организация на труда като минимален стандарт.

### Обществена подкрепа



Всички жени имат право да бъдат подпомагани от обществото, за да кърмят оптимално. Те могат да се възползват от много различни видове подкрепа в зависимост от техния социално-културен контекст. Подкрепата може да дойде от техните семейства, общности, здравни системи и работни места. Консултациите за кърмене са вид подкрепа, предоставяна директно на жени и бебета от здравни работници и консултанти по кърмене, обучени специално за да им помогнат. Когато консултациите по кърмене са налични и достъпни за майките, продължителността и изключителността на кърменето се увеличават.

- Застъпничество за увеличено финансиране, наблюдение и прилагане на по-добри политики и интервенции за осигуряване на семействата подкрепата за кърменето, от която се нуждаят, особено консултациите по кърмене.
- Информирание на общностите за въздействието на храненето с млека за кърмачета и преходни млека върху околната среда, използвайки различни комуникационни техники и средства за обществено влияние.
- Повишаване на чувствителността на журналистите и медиите за стимулиране на обществен дебат относно връзките между кърменето и околната среда/климатичните промени.
- Разпределяне на ресурси за допълнителни изследвания върху климата/въздействието върху околната среда на заместителите на кърма.
- Събиране на систематични данни за въздействието на различни политики и програми за храненето на кърмачетата и малките деца в извънредни ситуации.

### Консултирането за кърмене е от съществено значение



Консултирането за кърмене е от съществено значение за увеличаване на нивата на кърмене. Според СЗО всички консултации могат да се считат за подкрепа, но не всички помощни интервенции включват консултиране. Консултирането е процес и взаимодействие между консултанти и жени/родители и не се предполага да бъде намеса „отгоре надолу“ в стил „да им се каже какво да правят“. Целта на консултирането по кърмене е да се даде възможност на жените да кърмят, като се вземат предвид индивидуалните им ситуации и желания. Консултирането може да бъде предложено от професионални консултанти или от специално обучени доброволци/пиъри или комбинация от двете. Консултациите за кърмене включват слушане, съпричастност, изграждане на увереност, даване на информация и предложения и оставяне на жените да решават кое е най-доброто за тях. Тя също така включва предоставяне на практическа помощ и демонстриране как да се разположи и постави бебе на гърдата и да управлявате често срещаните проблеми.

- Застъпничество всички родители с малки деца да имат достъп до квалифицирани консултации по кърмене от здравни заведения и общности.
- Прилагане на актуализираните насоки на инициативата „Болница приятел на бебето“ във всички здравни заведения, включително частни болници.
- Разпределение на ресурси към работещите в общността за предоставяне на базови консултации по кърмене, както и за други близки до родителите форми на подкрепа.

## Подкрепа за всички

### Продължаваща подкрепа през първите 1000 дни



Консултирането за кърмене трябва да бъдат организирано, предвидимо, планирано и през целия период на кърмене, за да бъдат най-ефективно. На всички жени трябва да се предложат планирани срещи по време на антенаталния и следродилния период. Контактът трябва да е чест в първите месеци, като са необходими общо поне шест контакта и продължаваща подкрепа, докато детето навърши две години.

- Застъпничество за продължаващи консултации за кърмене през целия антенатален и постнатален период за поддържане на оптимално кърмене.
- Създаване на топла верига на подкрепа за кърменето, идентифициране на ключовите участници и техните роли през първите 1000 дни и изграждане на мрежа помежду им.
- Ангажиране на бащите и семейната подкрепа за споделяне на домашните отговорности и грижи за кърменето.
- Присъединяване към групи за подкрепа на майките и споделяне на опит с други хора в общността, за да се подкрепи кърменето.
- Разработване на креативни идеи за виртуални и онлайн дейности, за да ангажирате целевите аудитории в #WBW 2020.

### Изграждане на знания и умения на всички нива



Доброволците и подкрепящите пиъри се нуждаят от базово обучение в областта на консултирането по кърмене и практически умения. Здравните и свързани с тях специалисти се нуждаят от придобиване на умения за консултиране по кърмене и допълнителни клинични умения за управление и преодоляване на проблеми. Важно е също да има хора с експертен потенциал, които да действат като преподаватели, обучители, ръководители на програми и супервайзори. Тяхната роля е да гарантират ефективно изграждане на капацитет и развитие на умения на всички нива и поддържане и актуализиране на здравните стандарти. Развитието на последователни компетенции на различни нива изисква инвестиции, които имат съответните ползи и икономическа възвръщаемост.

- Инвестиране в цялостни програми за обучение за здравни специалисти от различни нива, консултанти по лактация, здравни работници в общността и доброволци/пиъри.
- Застъпничество за осигуряване на подходящо обучен и квалифициран персонал на различни нива: подкрепящи пиъри, здравни специалисти, консултанти по лактация и ресурсни лица.
- Насърчаване на мащабирането на съществуващи инструменти и програми за обучение за кърмене, включително онлайн методи, дигитални методи и методи за електронно обучение, както и присъствени клинични и други практически обучения.
- Ангажиране на ученици, студенти и инфлуенсъри в социални медии за увеличаване на осведомеността за значението на кърменето за планетарното здраве.

### Никои да не бъде изоставен



Някои семейства може да бъдат по-уязвими и се нуждаят от допълнителна подкрепа за кърмене. Уязвимите ситуации включват спешни ситуации, специални нужди или други медицински състояния, засягащи диадата майка-бебе. Увеличаването на климатичните промени и бедствията, свързани с околната среда, будят все по-голяма загриженост, тъй като рисковете от недохранване и детска смъртност са много по-високи, отколкото през нормалното време. Продължаващата пандемия COVID-19 е друга извънредна ситуация, която оставя семействата с деца в изключително уязвимо положение. При всяка извънредна ситуация е необходимо да се направи оценка и да се действа така, че да се защитят и подкрепят хранителните нужди и да има грижи както за кърмените, така и за некърмените бебета и малки деца. Важно е националните и международните базирани на доказателства насоки да бъдат хармонизирани, за да се гарантира, че до обществеността достигат последователни послания. Дарения и нецелевеи разпространения на заместители на майчина кърма могат да попречат и да компрометират кърменето. Ненадеждните вериги за доставка на заместители на кърма и нехигиеничните условия, които обикновено преобладават при извънредни ситуации, правят кърменето най-сигурният вариант. В случай на COVID-19 СЗО и УНИЦЕФ препоръчват кърменето с необходимите хигиенни предпазни мерки. Това може да бъде преразгледано ако се появят допълнителни доказателства. „Оперативните насоки за хранене на кърмачета при извънредни ситуации“ (OG-IFE) обясняват ключовите действия за защита и подкрепа на оптимално хранене на бебетата и малките деца при извънредни ситуации.

- Насърчаване на използването на базирани на доказателства международни насоки за хранене на кърмачето и малкото дете при разработване на национални планове за действие и комуникационни послания.
- Гарантиране, че защитата, насърчаването и подкрепата при кърмене са включени специално в националните планове за подготовка и реакция при извънредни ситуации.
- Информирание на всички здравни работници, обществени групи и обществеността за значението на кърменето в плановете за подготовка на национално и общностно ниво.
- Засилване на подкрепата за кърмещи семейства, която да е насочена към всички членове на семейството и общността чрез разработване на подходящи и последователни комуникационни послания.
- Наблягане на практики като: изцеждане на кърма на ръка, подходящо използване на помпи за кърма (където е безопасно), правилно съхранение и подготовка на кърмата, предлагане на кърма с чаша, техники за поддържане на производството на кърма, ре-лактация и споделяне на кърма.
- Осигуряване на достъпност на донорската кърма за бебета, които се нуждаят от нея чрез банките с човешко мляко или други подходящи инициативи в общността.

### Кампания за застъпничество „Зелено хранене“

„Зелено хранене“ е застъпническа кампания за защита, насърчаване и подкрепа на кърменето и за предпазване на родителите от търговски натиск и подвеждащи твърдения от страна на компаниите-производители на заместители на майчина кърма. Тя включва обществена подкрепа за изключително кърмене до шестмесечна възраст и добавяне на подходящи допълващи храни за по-големи бебета. На семействата трябва да се разрешава да вземат решения за храненето без търговски натиск: за новородени, по-големи бебета и малки деца. Продължителното кърмене се нуждае от подкрепа толкова дълго, колкото семейството иска. Домашно приготвените семейни храни са минимално обработени и така предлагат добро съотношение качество/цена. Устойчивото местно земеделие осигурява храни, които са биоразнообразни, надеждни и културно съобразени. Общностната подкрепа може да бъде компрометирана чрез маркетинг подходи и насърчаване на ултра обработени храни. Кампанията „Зелено хранене“ се отнася както за въглеродния отпечатък за оценка на климатичното въздействие на производството и потреблението, така и за екологичния отпечатък за оценка на въздействието върху околната среда.

# УСТОЙЧИВО РЕШЕНИЕ ЗА ПЛАНЕТАТА И НЕЙНИТЕ ХОРА

В заключение, осигуряването на планетарно здраве е спешна задача за всички нас. Необходимо е много застъпничество, за да се ускори постигането на Целите за устойчиво развитие за 2015-2030 г., целите на Парижкото споразумение и целта за кърмене на Световната здравна асамблея до 2025 г. Устойчивите модели на производство и потребление ще защитят нашите природни ресурси, околната среда и ще помогнат за смекчаване на изменението на климата. Кърменето допринася положително за планетарното здраве по няколко начина - то е устойчиво, екологично и полезно за човешкото здраве. Настоящият глобален сценарий, характеризиращ се с бавен напредък в подобряването на кърменето, с разрастваща се индустрия за производство на заместители на майчина кърма и с постоянни извънредни ситуации, буди безпокойство. Стратегиите за защита, насърчаване и подкрепа на кърменето са добре известни и трябва да бъдат прилагани и наблюдавани. Ясно е, че консултантите по кърмене са ефективни и трябва да се предлагат като основен инструмент за подкрепата за всички кърмещи семейства. Кампанията на WABA „Топла верига на подкрепа за кърменето“ поставя диадата майка-бебе в основата и проследява периода на първите 1000 дни.



Тя приема обществено-здравния подход и се стреми да свързва различни заинтересовани страни, като координира усилията в различните заинтересовани страни, за да осигури непрекъснати грижи, последователни послания и системи за насочване, като никога не остава изоставен. Топлата верига на подкрепа създава благоприятна среда, която дава възможност на всички жени да кърмят оптимално. Заедно можем да постигнем положение, което е печелившо и за човечеството, и за планетата.

*Трябва да гледаме на цялото общество като носещо отговорност за ниските нива на кърмене, като на един от няколко показателя, показващи дали сме ориентирани към здравето на планетата както към здравето на хората.*

**Д-р Найджъл Ролинс, 2020**

#### ACKNOWLEDGEMENTS: WABA would like to thank the following:

**Contributors** : Alessandro Iellamo, Alison Linnecar, Britta Boutry-Stadelmann, Dexter Chagwena, Felicity Savage, Khalid Iqbal, Mona Al-Sumaie, Penny van Esterik, Rufaro Madzima, Taru Jindal

**Reviewers** : Alyson McColl, Aapta Garg, Claudio Schuftan, David Clark, Elien Rouw, France Begin, Hiroko Hongo, Ilaria 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-Furneau, 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](mailto: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](http://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](mailto:wbw@waba.org.my) | Web: [www.worldbreastfeedingweek.org](http://www.worldbreastfeedingweek.org)



1. Joffe, N., Webster, F., & Shenker, N. (2019). Support for breastfeeding is an environmental imperative. *The British Medical Journal*, 367, l5646. <https://doi.org/10.1136/bmj.l5646>
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). CO<sub>2</sub> and greenhouse gas emissions. Our World in Data. <https://ourworldindata.org/co2-and-othergreenhouse-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/foodand-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](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/>

## ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВА

9. See reference 2
10. United Nations. (n.d). *About the Sustainable Development Goals*. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/sustainable-developmentgoals/>
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](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. Párez-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](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., & Ruzs, 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](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

