



Μητρικός Θηλασμός Νέα απ' όλο τον Κόσμο

Επιμέλεια: Δρ **Θέμις Ζάχου**, Μέλος Εθνικής Επιτροπής Μητρικού Θηλασμού, Διευθύντρια Μονάδας Νεογέννητων, Προαγωγής Μητρικού Θηλασμού, Τράπεζας Μητρικού Γάλακτος του Γ.Π.Ν.-Μαιευτηρίου "ΕΛΕΝΑ ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ".

Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού 1-7 Νοεμβρίου 1997

Η Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού, που στόχο έχει την πληροφόρηση και ευαισθητοποίηση του κόσμου για την προστασία, υποστήριξη και προαγωγή του Μητρικού Θηλασμού, γιορτάζεται σε περισσότερες από 120 χώρες. Στη χώρα μας, από το 1996 ο εορτασμός καθιερώθηκε από 1-7 Νοεμβρίου κάθε χρόνο. Η ανταπόκριση στο κάλεσμα της συμμετοχής ήταν μεγάλη, σημαντική και ουσιαστική, απ' άκρη σ' άκρη στον τόπο μας.

Η Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού οργανώνεται από την WABA (World Alliance for Breastfeeding Action) και υποστηρίζεται από την Παγκόσμια Οργάνωση

Υγείας, την UNICEF, άλλους διεθνείς οργανισμούς, που ασχολούνται με την υγεία και διατροφή του παιδιού, καθώς και από κυβερνήσεις κρατών.

Κάθε χρόνο ορίζεται ειδικό θέμα για τον εορτασμό. Το φετινό θέμα είναι: «**Μητρικός Θηλασμός: Δρόμος της Φύσης**». Με το θέμα αυτό διακηρύσσονται:

- **Η εκπληκτική ικανότητα της γυναίκας να διατηρεί τη ζωή.**
- **Τα αδιάψευστα και αναντικατάστατα πλεονεκτήματα του Μητρικού Θηλασμού.**
- **Η αναγνώριση του Μητρικού Θηλασμού ως το πιο οικολογικό σύστημα διατροφής στον κόσμο.**



Η μοναδικότητα του Μητρικού Θηλασμού και τα ανεκτίμητα οφέλη του για τα παιδιά και τις μητέρες είναι σ' όλους γνωστά, αλλά η συμβολή του στην προστασία του περιβάλλοντος είναι σχεδόν άγνωστη. Στις μέρες μας, που άνθρωποι και κυβερνήσεις στρέφονται στην προστασία του περιβάλλοντος, αναλογίστηκε κανένας ότι ο Μητρικός Θηλασμός είναι μια φιλική προς το περιβάλλον πρακτική;

Ο Μητρικός Θηλασμός δεν δημιουργεί κατάλοιπα, δεν καταστρέφει τις φυσικές πηγές, δεν χρειάζεται μεταφορά και είναι ο πιο φυσικός και ασφαλής τρόπος διατροφής των νεογέννητων και των μικρών παιδιών. Εκατομμύρια ζωές παιδιών σώθηκαν με το μητρικό γάλα και είναι σημαντικότερο στοιχείο επιβίωσης ακόμη περισσότερων. Είναι φυσική πηγή που συνεχώς ανανεώνεται και οι γυναίκες είναι οι **μόνες** που το παράγουν, οι **μόνες** που διατηρούν τη ζωή. Ατυχώς, αρνητικές κοινωνικές συμπεριφορές για το Μητρικό Θηλασμό και έλλειψη σχετικών νό-

μων για την προστασία και προαγωγή του, πολλές φορές, στερούν από τις γυναίκες το προνόμιο αυτό της φύσης.

Η τεχνητή διατροφή βασίζεται στο τροποποιημένο γάλα της αγελάδας. Οι αγελάδες χρειάζονται περίπου 10.000 τ.μ. βοσκότοπου η κάθε μία. Έτσι, δασώδεις περιοχές μετατρέπονται σε βοσκοτόπια, που οδηγούν σε αποδασώσεις, αποψιλώσεις του εδάφους και μείωση των ζώων και των φυτών του δάσους.

Τα χημικά λιπάσματα, που χρησιμοποιούνται για την καλλιέργεια των τροφών για τις αγελάδες, αποξηραίνουν το χώμα, μολύνουν τα ποτάμια και το υπέδαφος. Τα ούρα των αγελάδων προκαλούν ρύπανση της ατμόσφαιρας με αμμωνία και τα περιττώματα υπερβολική βλάστηση στα ποτάμια, με αποτέλεσμα να εξαφανίζεται κάθε άλλη μορφή ζωής σ' αυτά.

Η τροποποίηση του γάλακτος της αγελάδας είναι το τελικό προϊόν ενός σημαντικού αριθμού βιομηχανικών επεξεργασιών, που προκαλούν μόλυνση του αέρα, του νερού και της γης, και σπατάλη φυσικών πηγών με τη μορφή των καυσίμων.

Η συσκευασία, μεταφορά, διαφήμιση, διάθεση και κατανάλωση (κουτιά, μπουκάλια, θηλές), συμβάλλουν στη μόλυνση της ατμόσφαιρας και στην περιβαλλοντική αθλιότητα.

«Αν τα 550 εκατομμύρια κουτιά ξένου γάλακτος, που πουλιούνται στην Αμερι-



κή το χρόνο, τοποθετηθούν το ένα δίπλα στο άλλο, καλύπτουν κυκλικά τη γη μιάμιση φορά» λέει ο Andrew Radford, σύμβουλος της UNICEF στην Αγγλία. Επιπλέον, ένα μεγάλο μέρος της συσκευασίας δεν ανακυκλώνεται και χρειάζονται 200-450 χρόνια για να διαλυθεί.

Λόγω της εκτεταμένης μόλυνσης του περιβάλλοντος, τοξικές ουσίες βρίσκονται σε όλη την τροφική αλυσίδα. Πιθανόν, σ' ορισμένες περιοχές, να ανιχνεύονται μικρές ποσότητες τοξικών ουσιών και στο μητρικό γάλα. Αυτό δεν πρέπει να χρησιμοποιείται σαν εκφοβισμός και να αποτρέπονται οι μητέρες από το θηλασμό. Η συγκέντρωση των τοξικών ουσιών στο σώμα του μωρού δεν αυξάνεται, γιατί κατά τη διάρκεια του θηλασμού αυξάνει σημαντικά το βάρος του και ελαττώνονται τα επίπεδα τοξικών ουσιών στο γάλα.

Σε πρόσφατη αναφορά της Παγκόσμιας Οργάνωσης Υγείας για το δυνητικό κίνδυνο από έκθεση σε χημικά στοιχεία με το μητρικό γάλα, τονίζεται ότι θα πρέπει να εξετάζεται η συγκέντρωση των τοξικών ουσιών στο γάλα της αγελάδας και στο νερό, να συγκρίνεται μ' αυτή του μητρικού γάλακτος και να εξισορροπούνται οι κίνδυνοι από τις λοιμώξεις ή τη διατροφική στέρηση, εκεί που ο Μητρικός Θηλασμός έχει περικοπεί ή διακοπεί.

Η στέρηση του μητρικού γάλακτος προ-



καλεί το θάνατο σε ενάμισυ εκατομμύριο μωρά κάθε χρόνο και διάφορες αρρώστιες σε αμέτρητα άλλα.

Το επίκαιρο θέμα του εορτασμού της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού 1997 ας γίνει οδηγός μας, γιατί:

- **Το μητρικό γάλα είναι φυσική διατροφή.**
- **Ο Μητρικός Θηλασμός προστατεύει τη Φύση. Είναι ο Δρόμος της Φύσης. Ας τον ακολουθήσουμε, για ένα πιο υγιή και υπεύθυνο τρόπο ζωής.**

BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. **UNICEF:** Breastfeeding, Nature's Way, World Breastfeeding Week 1977.
2. **WABA:** Breastfeeding, Nature's Way, World Breastfeeding Week, 1-7 August 1977.
3. **Andrew Radford:** Breastmilk a world resource, Baby Milk Action, Cambridge, 1995.
4. **Andrew Radford:** The ecological Impact of bottle feeding, Baby Milk Action, Cambridge, 1995.
5. **Υπουργείο Υγείας και Πρόνοιας:** Καθιέρωση εορτασμού Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού στη χώρα μας (26-8-1996).