

## ΑΝΑΡΤΗΤΕΟ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

**ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ ΕΠΕΙΓΟΝ**

Αθήνα, 31.10.2018

Αρ. πρωτ.: Γ1γ/ΓΦΑΥ9,27Β/ Γ.Π. οικ.83371

ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ  
Δ/ΝΣΗ ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΥΓΕΙΑΣ  
ΤΜΗΜΑ Γ΄ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ  
ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗΣ

Ταχ. Διεύθυνση : Αριστοτέλους 17-19  
Ταχ. Κώδικας : 104 33  
Πληροφορίες : Στρ.Χατζηχαραλάμπους  
: Αθ. Βαρτζιώτη  
Τηλέφωνα : 213 216 1623,1622  
Φαξ : 213-2161919  
E-mail : [pfy@moh.gov.gr](mailto:pfy@moh.gov.gr)

**ΠΡΟΣ:** ΟΠΩΣ ΟΙ  
ΠΙΝΑΚΕΣ  
ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ

**ΘΕΜΑ: Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού με θέμα «ΘΗΛΑΣΜΟΣ: Θεμέλιο Ζωής» 1 έως 7 Νοεμβρίου 2018.**

**ΣΧΕΤ: 1.** Το με αριθμ. Γ3δ/ΔΦ4.3,ΦΑΥ9.2016/οικ.9350/08/02/2016 έγγραφο της Δ/νσης Π.Φ.Υ. και Πρόληψης, με θέμα «Υπενθύμιση του αρ. πρωτ. Γ3δ/ΔΦΑΥ9/Γ.Π/οικ.60005/05-08-2015 (ΑΔΑ:6Μ9Ε465ΦΥΟ-ΤΦ8) εγγράφου με θέμα «Καθορισμός ενιαίων διαδικασιών έκδοσης Εγκυκλίων για Παγκόσμιες και Διεθνείς Ημέρες / Εβδομάδες για θέματα υγείας».  
**2.** Το από 29/10/2018 Υπηρεσιακό Σημείωμα της Δ/νσης Δημόσιας Υγείας

Οι συναρμόδιες Δ/νσεις Δημόσιας Υγείας, Τμήμα Β΄ Μη Μεταδοτικών Νοσημάτων και Διατροφής και Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας, Τμήμα Γ΄ Ανάπτυξης Προγραμμάτων Αγωγής Υγείας και Πρόληψης, του Υπουργείου Υγείας, στο πλαίσιο των αρμοδιοτήτων τους και της καθιερωμένης Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού, 1-7 Νοεμβρίου έκαστου έτους, της World Alliance for Breastfeeding Action-WABA, σας ενημερώνουν για τα ακόλουθα:

**Α. Οι γενικότεροι στόχοι της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού, είναι:**

1. Η αναγνώριση των κινδύνων που ενέχει, αλλά και των ευκαιριών που παρέχει η παγκοσμιοποίηση για τις πρακτικές του μητρικού θηλασμού.
2. Η αξιοποίηση των δυνατοτήτων που προσφέρει η παγκόσμια επικοινωνία για την ενημέρωση των επαγγελματιών υγείας αλλά και του ευρύτερου κοινού όσον αφορά στα πλεονεκτήματα του μητρικού θηλασμού και στα μειονεκτήματα της τεχνητής διατροφής.
3. Η προαγωγή του μητρικού θηλασμού και η πραγματοποίηση δράσεων στο πλαίσιο της Παγκόσμιας Στρατηγικής για τη διατροφή του νεογνού και του νηπίου.
4. Η πιστή εφαρμογή του Διεθνούς Κώδικα Εμπορίας Υποκατάστατων του Μητρικού Γάλακτος και υλοποίηση των σχετικών Αποφάσεων της Παγκόσμιας Συνέλευσης Υγείας.

5. Η προώθηση δράσεων για τη δημιουργία συμμαχιών με άλλα πολιτικά και κοινωνικά κινήματα που αγωνίζονται για παγκόσμια δικαιοσύνη, ειρήνη, προάσπιση των ατομικών και συλλογικών δικαιωμάτων και της υγείας για όλους.
6. Η ολοκληρωμένη ενημέρωση και η ενδυνάμωση όλων των μελών της οργανωμένης κοινωνίας, προκειμένου να αναλάβουν δράση στην κοινότητα για την προστασία, προαγωγή και υποστήριξη του Μητρικού Θηλασμού.

Για το έτος 2018, η World Alliance for Breastfeeding Action-WABA, (Παγκόσμια Συμμαχία για την Προώθηση του Μητρικού Θηλασμού) για την Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού, θέτει ως επίκεντρο της Ενημερωτικής Εκστρατείας, το θέμα «**ΘΗΛΑΣΜΟΣ: Θεμέλιο Ζωής**», με ειδικότερους στόχους:

1. Η πληροφόρηση του κόσμου για τη συσχέτιση που υφίσταται ανάμεσα στον μητρικό θηλασμό και την υγιεινή διατροφή, την επισιτιστική ασφάλεια και τη μείωση της φτώχειας.
2. Η εγκαθίδρυση του μητρικού θηλασμού ως το θεμέλιο της ζωής.
3. Η δέσμευση με τον κάθε ένα ξεχωριστά για την προώθηση του μητρικού θηλασμού ως μέρος της υγιούς διατροφής, της επισιτιστικής ασφάλειας και της μείωσης της φτώχειας.
4. Η ανάληψη δράσεων για την προώθηση του μητρικού θηλασμού σαν μέρος της υγιούς διατροφής, της επισιτιστικής ασφάλειας και της μείωσης της φτώχειας

Σχετικά με το στόχο της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού για το έτος 2018 με θέμα: «**ΘΗΛΑΣΜΟΣ: Θεμέλιο Ζωής**», τα αναφερόμενα στις θεματικές ενότητες και στους επιμέρους στόχους, παρουσιάζονται στο Παράρτημα Ι (το οποίο αποτελεί αναπόσπαστο μέρος του παρόντος εγγράφου) και στον σχετικό ιστότοπο <http://worldbreastfeedingweek.org/>, της Παγκόσμιας Συμμαχίας για την Προώθηση του Μητρικού Θηλασμού (World Alliance for Breastfeeding Action-WABA).

**Β1. Όσον αφορά στην προώθηση του Μητρικού Θηλασμού στη χώρα μας με το άρθρο 3 του Ν. 4316/2014 «Ίδρυση παρατηρητηρίου άνοιας, βελτίωση περιγεννητικής φροντίδας, ρυθμίσεις θεμάτων αρμοδιότητας Υπουργείου Υγείας και άλλες διατάξεις» (ΦΕΚ 270 τ Α'). Θεσμοθετούνται οι Χώροι Θηλασμού για το κοινό και στην Εργασία, τα Φιλικά προς τα Βρέφη Νοσοκομεία, οι Τράπεζες Γάλακτος και το «Μητρώο Επιμορφωτών για την Προαγωγή του Μητρικού Θηλασμού», καθώς και η ανάπτυξη δράσεων και προγραμμάτων προαγωγής του Μητρικού Θηλασμού σε επίπεδο πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας .**

Επίσης εκδόθηκε η με αριθμό Γ1α/Γ.Π.οικ 45569/15-6-2017 (ΦΕΚ 2127 τ Β', ΑΔΑ: 70ΨΒ465ΦΥΟ-ΙΟ3) Απόφαση του Υπουργού και του Αναπληρωτή Υπουργού Υγείας και του Υπουργού Παιδείας, Έρευνας και Θρησκευμάτων περί καθιέρωσης έγγραφης συναίνεσης της μητέρας για τη χορήγηση υποκατάστατου μητρικού γάλακτος στα νεογνά εντός των νοσοκομείων.

Η Απόφαση προβλέπει ότι η χορήγηση υποκατάστατου μητρικού γάλακτος στα νεογνά εντός των δημόσιων νοσοκομείων και των ιδιωτικών κλινικών της χώρας επιτρέπεται για αποδεκτούς ιατρικούς λόγους ή κατόπιν έγγραφης συναίνεσης της μητέρας. Της έγγραφης συναίνεσης προηγείται ενημέρωση της μητέρας σχετικά με τα οφέλη του μητρικού θηλασμού για την υγεία και την ανάπτυξη του βρέφους, για την υγεία της ίδιας, καθώς για και τους ενδεχόμενους κινδύνους που συνεπάγεται η λανθασμένη χρήση των υποκαταστάτων μητρικού γάλακτος.

Οδηγίες εφαρμογής της Απόφασης δόθηκαν με το με αριθμ. Γ1α/Γ.Π.οικ. 57970/27-7-2017 (ΑΔΑ: ΨΕ5Γ465ΦΥΟ-85Ξ) έγγραφο του Γενικού Γραμματέα Δημόσιας Υγείας και του Γενικού Γραμματέα Υγείας, όπου υπενθυμίζεται παράλληλα η υποχρέωση τήρησης της υπ' αριθμ. Υ1/Γ.Π. 47815/28-7-2008 Υπουργικής Απόφασης «Εναρμόνιση της Εθνικής Νομοθεσίας προς τις διατάξεις της Οδηγίας 2006/141/ΕΚ της Επιτροπής, «για τα παρασκευάσματα για βρέφη και παρασκευάσματα δεύτερης βρεφικής ηλικίας»» (ΦΕΚ Β' 1478) όπως τροποποιήθηκε και ισχύει.

Για τις παραπάνω δράσεις του Υπουργείου λήφθηκε υπόψη και το άρθρο 24 παρ. 1 και 2 της Διεθνούς Σύμβασης για τα Δικαιώματα του Παιδιού του Οργανισμού Ηνωμένων Εθνών (κυρώθηκε με το Ν. 2101/1992, ΦΕΚ Α' 192), το οποίο προβλέπει ότι το κράτος παίρνει κατάλληλα μέτρα για να μπορούν όλες οι ομάδες της κοινωνίας, ιδιαίτερα οι γονείς και τα παιδιά, να ενημερώνονται για τα πλεονεκτήματα του θηλασμού και να βρίσκουν υποστήριξη στη χρήση των παραπάνω βασικών γνώσεων.

Το Υπουργείο Υγείας, ύστερα από εισήγηση της Εθνικής Επιτροπής Διατροφικής Πολιτικής, υιοθέτησε τις διατροφικές συστάσεις για το γενικό πληθυσμό και για ειδικές πληθυσμιακές ομάδες, όπως αυτές διαμορφώθηκαν στο πλαίσιο του έργου "ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΕΥΡΕΙΑ ΔΙΑΧΥΣΗ ΓΕΝΙΚΟΥ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΩΝ ΕΘΝΙΚΩΝ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΩΝ ΟΔΗΓΩΝ - ΕΥ ΔΙΑ...ΤΡΟΦΗΝ", του ΕΣΠΑ 2007 – 2013. Στις εν λόγω διατροφικές συστάσεις περιλαμβάνονται και συστάσεις για τη διατροφή κατά τη βρεφική ηλικία, και δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στην σημασία του μητρικού θηλασμού, προτρέποντας τις μητέρες να θηλάζουν τα μωρά τους αποκλειστικά για τους πρώτους 6 μήνες της ζωής και να συνεχίζουν τον μητρικό θηλασμό έως τα δύο χρόνια της ζωής ή και περισσότερο. Οι Διατροφικοί Οδηγοί και το συνοδευτικό υλικό είναι διαθέσιμοι στον ιστότοπο του Υπουργείου Υγείας ([www.moh.gov.gr](http://www.moh.gov.gr)) στον άξονα «Υγεία» και στην ενότητα «Δημόσια Υγεία», για ενημέρωση των φορέων και των πολιτών.

Το Υπουργείο Υγείας έχει εκτυπώσει ενημερωτικό υλικό (αφίσα και φυλλάδιο), με θέμα «Διατροφή για Βρέφη, Παιδιά και Εφήβους», που διαθέτει προς διανομή σε Μονάδες Υγείας και Φορείς για ενημέρωση των γονέων.

Επίσης, με την υπ. αριθμ. πρωτ. Δ1β/ΓΠοικ68210/11-9-2018 (ΑΔΑ: 6ΡΔΛ465ΦΥΟ-1ΤΤ) Εγκύκλιο, καθιερώθηκαν **οι Συστάσεις για την εισαγωγή στερεών τροφών στον 1ο χρόνο της ζωής**. Οι εν λόγω συστάσεις, που βασίζονται στην πλέον πρόσφατη επιστημονική βιβλιογραφία και τις συστάσεις διεθνών οργανισμών δίνουν ιδιαίτερη έμφαση στην σημασία του μητρικού θηλασμού, προτρέποντας τις μητέρες να θηλάζουν τα μωρά τους αποκλειστικά για τους πρώτους 6 μήνες της ζωής για να έχουν την ιδανική αύξηση, ανάπτυξη και υγεία και να συνεχίζουν τον μητρικό θηλασμό έως τα δύο χρόνια της ζωής ή και περισσότερο, ταυτόχρονα με την επαρκή πρόσληψη στερεών τροφών. Η εισαγωγή στερεών τροφών συνιστάται να

γίνεται στο 2ο εξάμηνο της ζωής, δηλαδή με τη συμπλήρωση των 6 μηνών ζωής, ενώ σε καμία περίπτωση δεν πρέπει να γίνεται πριν τη συμπλήρωση των 4 μηνών ζωής.

Οι συστάσεις είναι διαθέσιμες σε ηλεκτρονική μορφή στον ιστότοπο του Υπουργείου Υγείας (<http://www.moh.gov.gr/>), άξονας «Υγεία», ενότητα «Δημόσια Υγεία», υποενότητα «Μεταδοτικά και Μη Μεταδοτικά Νοσήματα».

**B2.** Το 1993 συστήθηκε για πρώτη φορά από το Υπουργείο Υγείας, Επιτροπή Μητρικού Θηλασμού (Υπουργείο Υγείας και Πρόνοιας, Α.Π.Υ3γ/οικ. 5311/20-7-1993), με κύριο έργο :

- Την προαγωγή – προστασία και υποστήριξη του μητρικού θηλασμού.
- Την ευθύνη για την εφαρμογή της πρωτοβουλίας αυτής με την υιοθέτηση των αρχών των WHO/UNICEF.
- Την ενημέρωση των επαγγελματιών υγείας, αλλά και της κοινής γνώμης σε θέματα μητρικού θηλασμού.

Η εν λόγω Επιτροπή επανασυγκροτήθηκε το 2005 και λειτουργεί μέχρι σήμερα (Υπουργείο Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης, ΔΥ1δ/οικ.57387/2-6-2005), όπως τροποποιείται και ισχύει κάθε φορά.

**Γ1** Σημειώνεται, ότι στα σημαντικά οφέλη του μητρικού θηλασμού, σύμφωνα με τις αναφορές των διεθνών οργανισμών και τη σχετική βιβλιογραφία, περιλαμβάνονται:

- η πρόληψη νόσων όπως του παιδικού άσθματος, της ατοπικής δερματίτιδας, των λοιμώξεων του γαστρεντερικού, των λοιμώξεων του κατώτερου αναπνευστικού, της ωτίτιδας, η μακροπρόθεσμη πρόληψη του Σακχαρώδους Διαβήτη τύπου I και της παχυσαρκίας, σε βρέφη και σε παιδιά
- η μακροπρόθεσμη ανάπτυξη της νοημοσύνης των παιδιών
- η διατήρηση της υγείας των γυναικών
- η μείωση της δαπάνης για την υγεία και η αύξηση της παραγωγικότητας
- η μείωση των ανισοτήτων στην υγεία

**Γ2.** Τα ποσοστά του μητρικού θηλασμού, ιδιαίτερα στο Δυτικό κόσμο από τα μέσα του 20ου αιώνα και μετά, γνώρισαν κατακόρυφη πτώση. Τα ποσοστά αποκλειστικού μητρικού θηλασμού στους 6 πρώτους μήνες παρουσιάζουν μεγάλες διακυμάνσεις στον Ευρωπαϊκό χώρο, με τα μεγαλύτερα ποσοστά να καταγράφονται στη Γερμανία 22%, στη Σουηδία 12 % και στην Αυστρία 9.7%. Αντίθετα στο Ηνωμένο Βασίλειο τα ποσοστά είναι πολύ χαμηλά , κάτω του 1% .

Στη Ελλάδα, έχουν πραγματοποιηθεί από το Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού, δύο Εθνικές Μελέτες για την εκτίμηση της συχνότητας και των προσδιοριστικών παραγόντων του Μητρικού Θηλασμού. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της μελέτης του 2007 αν και τα ποσοστά έναρξης αποκλειστικού μητρικού θηλασμού ήταν υψηλά, παρατηρήθηκε σημαντική μείωση κατά την πρώτη εβδομάδα ζωής, ενώ το ποσοστό του αποκλειστικού μητρικού θηλασμού στον 6ο μήνα ζωής ήταν σχεδόν μηδενικό. Στην Εθνική Μελέτη του 2017 τα ποσοστά του Μητρικού Θηλασμού βρέθηκαν σημαντικά υψηλότερα σε όλη τη διάρκεια του πρώτου εξαμήνου,

καταλήγοντας σε τετραπλάσιο ποσοστό αποκλειστικού Μητρικού Θηλασμού στον 5ο μήνα και διπλάσιο ποσοστό Μητρικού Θηλασμού χωρίς χορήγηση υποκατάστατου γάλακτος στον 6ο μήνα. Πρόσθετα σημαντική βελτίωση παρουσίασαν οι πρακτικές των νοσοκομείων/μαιευτηρίων που σχετίζονται με τον Μητρικό Θηλασμό.

Δ. Σε συνέχεια των ανωτέρω, προτείνεται ενδεικτικά η ανάπτυξη, οργάνωση και υλοποίηση των ακόλουθων ενεργειών και δράσεων:

- Ευαισθητοποίησης, ενημέρωσης – πληροφόρησης της κοινής γνώμης /πολιτών, παιδιών, εφήβων, νεαρών γυναικών, εκπαιδευτικών, επαγγελματιών υγείας και διάφορων κατηγοριών ευπαθών ομάδων πληθυσμού πολιτών για την **σπουδαιότητα του μητρικού θηλασμού και τα οφέλη του στη Δημόσια Υγεία, για το νήπιο, το παιδί και τη γυναίκα, δίνοντας έμφαση στις ψυχολογικές, οικονομικές και κοινωνικές διαστάσεις αυτού και προάγοντας, ενισχύοντας τον θηλασμό στο πλαίσιο της οικογένειας, της εργασίας και στους δημόσιους χώρους.**
- Επιμόρφωσης επαγγελματιών υγείας καθώς και άλλων στελεχών αρμόδιων υπηρεσιών (στον δημόσιο και ιδιωτικό τομέα), που απασχολούνται σε Κέντρα και Υπηρεσίες που σχετίζονται με την παροχή φροντίδας υγείας στην γυναίκα και στο παιδί π.χ. Μαιευτικές - Γυναικολογικές, Παιδιατρικές κλινικές, Μονάδες ή Υπηρεσίες Οικογενειακού Προγραμματισμού, κ.λ.π. Φορείς, Μονάδες Υγείας και Προγράμματα Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας π.χ. Σταθμοί Μάνας Παιδιού και Εφήβου, σε υπηρεσίες Δημόσιας Υγείας της Τοπικής και Περιφερειακής Αυτοδιοίκησης, καθώς και στις υπηρεσίες και τις σχολικές μονάδες της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, προκειμένου να ευαισθητοποιηθούν οι έφηβοι και οι νέοι ώστε να αποκτήσουν γνώσεις, να συνειδητοποιήσουν τα πλεονεκτήματα/οφέλη και να διαμορφώσουν κουλτούρα που θα συμβάλλει στην ανατροπή μύθων και δοξασιών ενισχύοντας και προάγοντας τον μητρικό θηλασμό.
- Ανάπτυξης πρωτοβουλιών για διαμόρφωση καλών πρακτικών και δημοσιοποίηση αυτών, σχετικά με την προαγωγή του Μητρικού Θηλασμού και ιδιαίτερα σε χώρους καταστημάτων και επιχειρήσεων καθώς και στην διευκόλυνση των θηλαζουσών μητέρων στο εργασιακό περιβάλλον.

Ειδικότερα, ενδεικτικά προτείνεται:

- Ανάρτηση αφισών και διανομή ενημερωτικού υλικού και εντύπων με οδηγίες, παροτρύνσεις και συμβουλές προς τους πολίτες αλλά και προς ειδικότερες ομάδες πληθυσμού, όπως γονείς, νέους, εκπαιδευτικούς, επαγγελματίες υγείας, κ.α.
- Ανάρτηση του ενημερωτικού υλικού σε ιστοσελίδες Φορέων, ώστε οι ενδιαφερόμενοι πολίτες να έχουν την δυνατότητα αναζήτησης συμβουλών σχετικά με θέματα Μητρικού θηλασμού.
- Προβολή των μηνυμάτων και των στόχων της εκστρατείας για την Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού και ιδιαίτερα του θέματος «**ΘΗΛΑΣΜΟΣ: Θεμέλιο Ζωής**», με στόχο την ευαισθητοποίηση και ενημέρωση του

πληθυσμού, μέσω των δελτίων ειδήσεων και της διοργάνωσης ειδικών εκπομπών.

- Αξιοποίηση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, όπου τα συμμετέχοντα μέλη έχουν την δυνατότητα να συζητούν, να μοιράζονται εμπειρίες και φωτογραφίες/video, με στόχο τη διάχυση πληροφορίας σχετικά με την προαγωγή του Μητρικού Θηλασμού ως τον «Θεμέλιο Ζωής» για την ανεμπόδιστη ανατροφή των νεογνών/βρεφών.

Στο πλαίσιο αυτό, προτείνεται η ανάπτυξη διαλόγου – κατάθεσης ερωτημάτων προς φορείς υγείας, ή άλλους αρμόδιους φορείς σχετικά με τους ανωτέρω θεματικούς άξονες.

Προκειμένου να οργανωθούν και να υλοποιηθούν οι εν λόγω δράσεις και ενέργειες, προτείνεται οι αρμόδιοι επαγγελματίες υγείας, όπως παιδίατροι, μαιές – μαιευτές, γυναικολόγοι – μαιευτήρες, γενικοί ιατροί, επισκέπτες-τριες υγείας, κ.α., να συνεργαστούν σε κάθε επίπεδο με φορείς και υπηρεσίες.

**E1.** Στο πλαίσιο εορτασμού της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού με θέμα «**ΘΗΛΑΣΜΟΣ: Θεμέλιο Ζωής**», υπενθυμίζεται η **ανάπτυξη, οργάνωση και υλοποίηση της Εθνικής Εκστρατείας Ενημέρωσης με Θέμα «ΣΗΜΕΙΑ ΦΙΛΙΚΑ ΣΤΟ ΜΗΤΡΙΚΟ ΘΗΛΑΣΜΟ» για τη δημιουργία συνθηκών που επιτρέπουν και προάγουν τον Μητρικό Θηλασμό σε εμπορικά καταστήματα και επιχειρήσεις, με περίοδο έναρξης την Παγκόσμια Εβδομάδα για το εν λόγω θέμα, από 1 έως 7 Νοεμβρίου 2018**, όπως αυτή αναλυτικά παρουσιάζεται στην Εγκύκλιο υπ' αριθμ. Γ3δ,Γ1αΔ/ΦΑΥ9/2015,27B/ Γ.Π. οικ. 83131/30.10.2015 με θέμα: Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού με θέμα «Θηλασμός και Εργασία: Ας το κάνουμε να πετύχει», 1 έως 7 Νοεμβρίου 2015.

Ανάπτυξη Εθνικής Εκστρατείας Ενημέρωσης με Θέμα «**ΣΗΜΕΙΑ ΦΙΛΙΚΑ ΣΤΟ ΜΗΤΡΙΚΟ ΘΗΛΑΣΜΟ**».

Η εν λόγω Εθνική Εκστρατεία Ενημέρωσης **έχει συνεχή και διαρκή χαρακτήρα** με περιόδους αιχμής την Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού κάθε έτους.

**E2.** Με τις α) υπ' αριθμ. Γ3δ/Δ.Φ.27B/Γ.Π.οικ.71519/22-09-2017 (ΑΔΑ:72ΤΦ465 ΦΥΟ-Ν1Ε) με θέμα «**Έγκριση Δράσης και πρόσκλησης εκδήλωσης ενδιαφέροντος για ανοιχτή συμμετοχή σε διαγωνισμό καλλιτεχνικής έκφρασης και δημιουργίας για την Προαγωγή του Μητρικού Θηλασμού**», και β) αρ. πρωτ.: Γ1γ/Δ.Φ.27B/Γ.Π.οικ.50396/02.07.2018 (ΑΔΑ: 78BB465ΦΥΟ-4B4) με θέμα «**Έγκριση αποτελεσμάτων του διαγωνισμού καλλιτεχνικής έκφρασης και δημιουργίας για την Προαγωγή του Μητρικού Θηλασμού**» με τον διακριτικό τίτλο της Δράσης «**ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ: ΔΙΚΑΙΩΜΑ-ΕΚΦΡΑΣΗ-ΥΓΕΙΑ**», Αποφάσεις του Υπουργού Υγείας, το 2018 το Υπουργείο Υγείας, οργάνωσε και υλοποίησε τον Διαγωνισμό με τον προαναφερόμενο διακριτικό τίτλο, στο πλαίσιο του οποίου διακρίθηκαν έργα – προτάσεις τα οποία αξιοποιήθηκαν για την έκδοση ημερολογίου του 2019, την εκτύπωση αφισών και τη διαμόρφωση ηλεκτρονικού υλικού ενημέρωσης - ευαισθητοποίησης.

Η εν λόγω Δράση με **διακριτικό τίτλο «ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ: ΔΙΚΑΙΩΜΑ–ΕΚΦΡΑΣΗ-ΥΓΕΙΑ»**, ως σκοπό έχει την ανάδειξη, την ενθάρρυνση, την προαγωγή και την υποστήριξη του Μητρικού Θηλασμού, καθώς και την ευαισθητοποίηση και ενημέρωση του ευρύτερου κοινού, των επαγγελματιών υγείας, των νέων ζευγαριών και των γυναικών στο πεδίο του Μητρικού Θηλασμού, αξιοποιώντας ως μέσο την δημιουργική και καλλιτεχνική έκφραση.

**ΣΤ.** Σε συνέχεια των ανωτέρω επιπλέον αναφέρονται τα ακόλουθα:

**ΣΤ1.** Στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού» (ΕΠ.ΑΝ.Α.Δ.) 2007-2013 και της Πράξης «ΑΛΚΥΟΝΗ ΕΘΝΙΚΗ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ» ( με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης), εκδόθηκαν τα εξής:

- I. ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ – ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΥΓΕΙΑΣ ,
- II. Ενημερωτικό έντυπο με θέμα: «Είναι ο δρόμος της φύσης – Μητρικός Θηλασμός – Οδηγός για Γονείς».
- III. Αυτοκόλλητο με τίτλο: «ΝΑΙ Επιλέγω Θηλασμό».
- IV. Τέσσερα ενημερωτικά φυλλάδια.

**ΣΤ2.** Επίσης ιδιαίτερη σημασία δίδεται στην ευαισθητοποίηση των θηλαζουσών μητέρων για τη Δωρεά Ανθρώπινου (Μητρικού) Γάλακτος ως προσφορά στη Μονάδα Προαγωγής Μητρικού Θηλασμού – Τράπεζας Γάλακτος, της Αποκεντρωμένης Οργανικής Μονάδας «ΕΛΕΝΑ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ», Γενικό Νοσοκομείο Αθηνών « ΕΛΕΝΑ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ – ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ». (πληροφορίες τηλ. 2132051360 και 210-6462782 / Ώρες λειτουργίας: 7 πμ - 10 μμ / [www.hospital-elena.gr](http://www.hospital-elena.gr), και στο e-mail breastfeeding).

Η εν λόγω δωρεά συμβάλει στην ανοσολογική προστασία των βρεφών και άρα στη μείωση του ποσοστού λοιμώξεων. Η χορήγηση μητρικού γάλακτος προλαμβάνει επιπλοκές από το γαστρεντερικό σύστημα όπως η νεκρωτική εντεροκολίτιδα η οποία είναι η βασικότερη αιτία θανάτου στα πρόωρα βρέφη, ενώ το ευαίσθητο και ανώριμο γαστρεντερικό σύστημα των πρόωρων νεογνών ωριμάζει επιτυχώς. Επίσης με τη χορήγηση του μητρικού γάλακτος μειώνεται σε μεγάλο βαθμό η νεογνική θνησιμότητα.

**ΣΤ3.** Οι προαναφερόμενες δράσεις και ενέργειες προκειμένου να υλοποιηθούν, προτείνεται να οργανωθούν :

- με Α) τη συνεργασία των Μονάδων ή Υπηρεσιών Οικογενειακού Προγραμματισμού και Μονάδων Φροντίδας Μητέρας-Παιδιού του Πιλοτικού Δικτύου Πίνακας αποδεκτών Β) καθώς και των Σταθμών Προστασίας Μάνας Παιδιού και Εφήβου που λειτουργούν στις Δημόσιες Δομές παροχής Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας.
- με τους Υπευθύνους εκπαίδευσης Νομών του προγράμματος «Σχολές Γονέων» του Ιδρύματος Νεολαίας και Δια Βίου Μάθησης (ΙΝΔΒΜ), του Υπουργείου Παιδείας Έρευνας και Θρησκευμάτων (Πληροφορίες τηλ.: 213131314520-27)

- και τους υπεύθυνους των Συμβουλευτικών Κέντρων της Γενικής Γραμματείας Ισότητας των Φύλων του Υπουργείου Εσωτερικών (πληροφορίες [www.isotita.gr](http://www.isotita.gr), [www.womensos.gr](http://www.womensos.gr), τηλ.2131511113, υπεύθυνη κα. Κατσιβαρδάκου Δώρα)

Σκοπός των συνεργασιών είναι η ανάπτυξη διαλόγου και συζητήσεων που σχετίζονται με την προαγωγή του μητρικού θηλασμού και την διαχείριση των τυχόν θεμάτων που εγείρονται σε κοινωνικό, οικονομικό, ηθικό, νομικό, πολιτιστικό κ.λ.π. επίπεδο.

**Ζ.** Οι ενδιαφερόμενοι φορείς και επαγγελματίες υγείας δύναται να αναζητήσουν περισσότερες πληροφορίες για θέματα Μητρικού Θηλασμού στους ακόλουθους Ιστότοπους:

#### **Διεθνείς Ιστότοποι:**

- WHO: <http://www.who.int/en/> (2009 - a) Infant and young child feeding. Model chapter for textbooks for medical students and allied health professionals.:[http://whqlibdoc.who.int/publications/2009/9789241597494\\_eng.pdf](http://whqlibdoc.who.int/publications/2009/9789241597494_eng.pdf)
- WHO: <http://www.who.int/en/> (2009 - b) Infant and young child feeding data by country. <http://www.who.int/nutrition/databases/infantfeeding/countries/en/index.html>
- WHO: <http://www.who.int/en/> (2013) 10 facts on breastfeeding. <http://www.who.int/features/factfiles/breastfeeding/en/index.html#2/12/2013>
- UNICEF: <http://www.unicef.org/>(1990), Innocenti Declaration, On the Protection, Promotion and Support of Breastfeeding, Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: <http://www.unicef.org/programme/breastfeeding/innocenti.htm>
- UNICEF: <http://www.unicef.org/>(2012-a) Infant and young child feeding. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: [http://www.childinfo.org/breastfeeding\\_progress.html](http://www.childinfo.org/breastfeeding_progress.html)
- UNICEF: <http://www.unicef.org/> (2012-b) Continuum of feeding practices. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: [http://www.childinfo.org/breastfeeding\\_status.html](http://www.childinfo.org/breastfeeding_status.html)
- World Alliance for Breastfeeding Action: <http://www.waba.org.my/> (1993), Women and Work Task Force.<http://www.waba.org.my/whatwedo/womenandwork/wnwaboutus.htm>
- World Alliance for Breastfeeding Action: <http://www.waba.org.my/> (1992), Nurturing the Future through World Breastfeeding Week. <http://worldbreastfeedingweek.net/webpages/1992.html>
- Australian Institute of Health and Welfare: [www.aihw.gov.au](http://www.aihw.gov.au)
- Health Canada: [www.hc-sc.gc.ca/](http://www.hc-sc.gc.ca/) (2010) Breastfeeding initiation in Canada: Key Statistics and Graphics (2009 – 2010). Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα: <http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/surveill/nutrition/commun/prenatal/exclusive-exclusif-eng.php>

#### **Ελληνικοί Ιστότοποι:**

- ΑΛΚΥΟΝΗ Μητρικός Θηλασμός: <http://epilegothilasmos.gr> και το κανάλι του έργου στο Youtube στο <https://www.youtube.com/channel/UC349RTxcEmtCTrls54W2quw>



- «ΦΑΙΝΑΡΕΤΗ» Αστική μη Κερδοσκοπική Εταιρεία [www.fainareti.gr](http://www.fainareti.gr)
- Φαρμακεία Φιλικά προς το Θηλασμό [www.f-thilasmos.gr](http://www.f-thilasmos.gr)
- Σύλλογος Επιστημόνων Μαιών – Μαιευτών Αθηνών, [www.semme.gr](http://www.semme.gr), [www.smme.gr](http://www.smme.gr)
- Σωματείο ΕΥΤΟΚΙΑ: [www.eutokia.gr](http://www.eutokia.gr)
- Οι Φίλοι του Μητρικού Θηλασμού: <http://filoithilasmou.blogspot.gr>
- Νοσοκομείο – Μαιευτήριο «Έλενα Βενιζέλου»: [www.hospital-elena.gr/klinikes/thilasmos.html](http://www.hospital-elena.gr/klinikes/thilasmos.html)
- Σύνδεσμος Θηλασμού Ελλάδας: [www.lllgreece.org/](http://www.lllgreece.org/)
- La Leche League International (LLLI): [www.llli.org/](http://www.llli.org/)
- Ελληνικός Κόμβος για τον Θηλασμό: <http://www.thilasmos.net>
- International Baby Food Action Network – IBFAN Ελλάδας: <http://ibfan.gr>
- **IBLCE Ελλάδας α:** <http://iblce.org> **Προστασία, Προαγωγή και Υποστήριξη του Μητρικού Θηλασμού στην Ευρώπη: Σχέδιο Δράσης. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο:** <http://iblce.org/wp-content/uploads/2013/11/EU-blueprint-greek.pdf>
- **IBLCE Ελλάδας β:** [www.thilasmosonline.info](http://www.thilasmosonline.info)/Σύλλογος. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: <http://www.thilasmosonline.info/sylogos.html>

**Η.** Οι αποδέκτες της παρούσας εγκυκλίου, παρακαλούνται να ενημερώσουν σχετικά τις υπηρεσίες και τους εποπτευόμενους Φορείς όπως και κάθε άλλο συνεργαζόμενο Φορέα.

Επίσης, το Γραφείο Τύπου και Δημοσίων Σχέσεων του Υπουργείου Υγείας, παρακαλείται όπως ενημερώσει σχετικά όλα τα έντυπα και ηλεκτρονικά μέσα ενημέρωσης.

Οι Φορείς που θα οργανώσουν εκδηλώσεις, παρακαλούνται να ενημερώσουν σχετικά τις αρμόδιες Δ/νσεις του Υπουργείου Υγείας (Δ/νση Δημόσιας Υγείας)

**ΑΝ. ΓΕΝ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ**

**ΣΤΑΜΑΤΗΣ ΒΑΡΔΑΡΟΣ**

### **Συνημμένα Παράρτημα 1**

### **ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ Α΄**

1. Προεδρία της Δημοκρατίας, Βασ. Γεωργίου Β΄2, 10028 Αθήνα
2. Βουλή των Ελλήνων, Βασ. Σοφίας 2-6, 10021 Αθήνα
3. Ακαδημία Αθηνών, Ελ. Βενιζέλου 28, 10679 Αθήνα

4. Υπουργεία, Δ/νσεις Διοικητικού, (για ενημέρωση υπηρεσιών και εποπτευόμενων φορέων)
5. Υπουργείο Υγείας
  - α) Όλες τις Υγειονομικές Περιφέρειες, Γραφ. κ.κ. Διοικητών (με την παράκληση να ενημερωθούν όλοι οι εποπτευόμενους φορείς τους).
  - β) Όλους τους εποπτευόμενους Φορείς, ΝΠΙΔ & ΝΠΔΔ
  - γ) Εθνικό Κέντρο Επιχειρήσεων Υγείας, Γραφ. κ. Διοικητή
  - δ) Ε.Ο.Π.Υ.Υ., Αποστόλου Παύλου 12, Γραφ. κ. Προέδρου, 15123 Μαρούσι Αττικής
  - ε) ΕΣΔΥ Γραφ. κ. Κοσμήτορος, Λ. Αλεξάνδρας 196, τ.κ. 11521, Αθήνα
  - στ) ΣΕΥΥΠ Γραφ. κ. Γεν. Επιθεωρητή
  - ζ) Ο.Κ.Α.Ν.Α. Γραφ. κ. Προέδρου, Αβέρωφ 21, 10433 Αθήνα
  - η) ΚΕΕΛΠΝΟ, Γραφ. κ. Προέδρου, Αγράφων 3-5, 15123 Μαρούσι Αττικής (για ενημέρωση υπηρεσιών και των ΚΕΔΥ)
6. Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού (για ενημέρωση των συνεργαζόμενων φορέων)
  - Α) Διοικούσα Επιτροπή
  - Β) Πρόγραμμα ΑΛΚΥΟΝΗ, Μεσογείων 38-40 ,11527
7. Εθνική Επιτροπή για το μητρικό θηλασμό - Πρόεδρο Καθηγητή Κο Χρούσο Γεώργιο Δ/ντής της Παιδιατρικής Πανεπιστημιακής Κλινικής του Πανεπιστημίου Αθηνών, Νοσοκομείου Παίδων «ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ», Δ/νση: Νοσοκ. Παίδων «ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ», (Με την παράκληση να λάβουν γνώση της Εγκυκλίου όλα τα μέλη της Επιτροπής) Θηβών και Παπαδιαμαντοπούλου Τ.Κ. 11527-ΓΟΥΔΙ
8. Όλα τα Πανεπιστήμια και ΑΤΕΙ της Χώρας (για ενημέρωση Σχολών και Τμημάτων)
9. ΓΕΕΘΑ/ΔΥΓ Στρ. Παπάγου Μεσογείων 227-231, ΤΚ 15451, Χολαργός
10. Γ.Ε.Σ. Δ/νση Υγειονομικού Λ. Κανελλοπούλου Π. 1 & Κατεχάκη, τ.κ. 11525, Αθήνα.
11. Γ.Ε.Α. Δ/νση Υγειονομικού Π. Κανελλοπούλου 3, τ.κ. 11525, Αθήνα
12. Γ.Ε.Ν. Δ/νση Υγειονομικού, Δεινοκράτους 70, τ.κ. 11521, Αθήνα
13. ΕΦΕΤ, Κηφισίας 124 και Ιατρίδου 2 Αμπελόκηποι.
14. Περιφέρειες της Χώρας, Γραφ. κ.κ. Περιφερειάρχων (για ενημέρωση των Π.Ε.)
15. Αποκεντρωμένες Διοικήσεις, Γραφ. κ.κ. Γεν. Γραμματέων (για ενημέρωση ΟΤΑ)
16. Κεντρική Ένωση Δήμων Ελλάδας (Κ.Ε.Δ.Ε.) , Γ. Γενναδίου 8., 10678 Αθήνα
17. Ελληνικό Διαδημοτικό Δίκτυο Υγιών Πόλεων – Προαγωγής Υγείας, Παλαιολόγου 9, 15124 Μαρούσι Αττικής
18. Πανελλήνιος Φαρμακευτικός Σύλλογος, Πειραιώς 134, 11854 Αθήνα (ενημέρωση Μελών )
19. Πανελλήνιος Ιατρικός Σύλλογος Πλουτάρχου 3 και Υψηλάντους, 19675, Αθήνα (ενημέρωση Μελών)
20. Ιατρική Εταιρεία Αθηνών, Μαιάνδρου 23 τ.κ.11525 Αθήνα (Ενημέρωση Επιστημονικών Εταιρειών)
21. Πανελλήνια Ένωση Ιατρών Δημόσιας Υγείας (ΠΕΔΥ) ΕΣΥ  
Λ. Αλεξάνδρας 215, 115 23 Αθήνα

22. Ελληνική Νεογνολογική Εταιρεία, Νεογνολογική Κλινική Α.Π.Θ., Γ.Π.Ν.Θ. Ιπποκράτειο Νοσοκομείο, Δ/ση: Κων/πόλεως 49, 54642 Θεσσαλονίκη
23. Ελληνική Εταιρία Περιγεννητικής Ιατρικής, Μιχαλακοπούλου 85, Τ.Κ. 115 28, Αθήνα
24. Ελληνική Μαιευτική και Γυναικολογική Εταιρεία, Αλκαίου 10, Τ.Κ. 11528 Αθήνα
25. Σύνδεσμος Θηλασμού, Δήμητρος 10, Τ.Κ. 153 42 Αγ. Παρασκευή
26. Διαρκής Ιερά Σύνοδος Εκκλησία της Ελλάδος ,Ι. Γενναδίου 14,11521 Αθήνα (για ενημέρωση Ι.Μ.)
27. Σύλλογος Επιστημόνων Μαιών –των, Αρ. Παππά 2, τ.κ. 11521, Αθήνα,(ενημέρωση Μελών)
28. Σύλλογος Επιστημόνων Μαιών Θεσσαλονίκης, Αλεξ. Σβώλου 40, Τ.Κ. 54621 Θεσσαλονίκη (για ενημέρωση των μελών)
29. Πανελλήνιος Σύλλογος Επισκεπτών –τριών, Παπαρηγοπούλου 15, τ.κ. 10561, Αθήνα (ενημέρωση Μελών )
30. Ένωση Νοσηλευτών Ελλάδας, Βασ. Σοφίας 47, τ.κ. 10676, Αθήνα (ενημέρωση Μελών)
31. Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων – Διατροφολόγων, Πανόρμου 23, τ.κ. 11522 Αθήνα (ενημέρωση Μελών)
32. Ένωση Διαιτολόγων-Διατροφολόγων Ελλάδος, Λεβιδίου 23, Αθήνα, ΤΚ 10442
33. Σύλλογος Εποπτών Δημόσιας Υγείας, Γλάδστωνος 10, τ.κ.10667, Αθήνα (ενημέρωση Μελών )
34. Εθνική Συνομοσπονδία Ατόμων με Αναπηρία, Ελ. Βενιζέλου 236, 16341, Ηλιούπολη
35. Συνήγορος του Πολίτη, Χαλκοκονδύλη 17 , 10432, Αθήνα
36. Ε.Ε.Σ. Λυκαβηττού 1, 10672 Αθήνα
37. Ε.Φ.Κ.Α. Τμήμα Προληπτικής Ιατρικής, Αγίου Κωνσταντίνου 8, 10241 Αθήνα
38. Γενική Γραμματεία Μέσων Ενημέρωσης – Γενική Γραμματεία Ενημέρωσης και Επικοινωνίας :
  - α) Για λογαριασμό Δημόσιας Τηλεόρασης β) Για λογαριασμό Δημόσιας Ραδιοφωνίας Αλεξάνδρου Πάντου και Φραγκούδη 11, 10163 Αθήνα (δύο (2) αντίγραφα του εγγράφου).
34. ANTENNA, Κηφισίας 10-12, 15125 Μαρούσι Αττικής
35. ALPHA TV, 40<sup>ο</sup> χλμ Αττικής Οδού (Σ.Ε.Α. Μεσογείων , Κτίριο 6) Κάντζα Αττικής
36. STAR CHANNEL,Βιλτανιώτη 36, 14564 Κάτω Κηφισιά Αττικής
37. ΑΘΗΝΑ 9,83 FM, Πειραιώς 100, 11854 Αθήνα
38. ANTENNA 97,2 FM, Κηφισίας 10-123 15125 Μαρούσι Αττικής
39. SKAI 100,3 FM, Φαληρέως 2 και Εθνάρχου Μακαρίου, 18547 Ν. Φάληρο Αττικής.
40. ΕΣΗΕΑ Ακαδημίας 20, 10671, Αθήνα
41. Κεντρική Ένωση Επιμελητηρίων Ελλάδος, Ακαδημίας 6, Τ.Κ 10671, Αθήνα
- 42.Εθνική Συνομοσπονδία Εμπορίου και Επιχειρηματικότητας, Μητροπόλεως 42, Τ.Κ. 10563, Αθήνα
43. Γενική Συνομοσπονδία Επαγγελματιών Βιοτεχνών Εμπόρων Ελλάδος (ΓΕΣΕΒΕ) Αριστοτέλους 46, Τ.Κ. 10433, Αθήνα

**ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ ΓΙΑ ΕΝΕΡΓΕΙΑ Β΄ (με συνημμένα)/****ΜΟΝΑΔΕΣ ΚΑΙ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ****(με ηλεκτρονική αποστολή)**

1. Γενικό Νοσοκομείο «ΕΛΕΝΑ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ - ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ».
  - Οργανική Μονάδα της Έδρας «ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ»
  - Βασ.Σοφίας 80, 115 28 Αθήνα
2. Γενικό Νοσοκομείο «ΕΛΕΝΑ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ - ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ
- Αποκεντρωμένη Οργανική Μονάδα «ΕΛΕΝΑ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ».
  - Πλ. Έλενας Βενιζέλου 2, 115021 Αθήνα
3. Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο «ΑΤΤΙΚΟΝ»
  - Ριμνι 1, 124 62 Χαϊδάρι
4. Γενικό Νοσοκομείο Νίκαιας – Πειραιά
  - «ΑΓΙΟΣ ΠΑΝΤΕΛΕΗΜΩΝ» - Γ.Ν.Δ.Α. «Η ΑΓΙΑ ΒΑΡΒΑΡΑ»
  - Οργανική μονάδα της Έδρας «ΑΓΙΟΣ ΠΑΝΤΕΛΕΗΜΩΝ»
  - Δ. Μαντούβαλου 3, 184 54 Νίκαια
5. Γενικό Νοσοκομείο Πειραιά «ΤΖΑΝΕΙΟ»
  - Αφεντούλη και Ζαννή 1, 185 36 Πειραιάς
6. Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών – Αρεταίειο Νοσοκομείο
  - Λ. Βασ. Σοφίας 76, 115 28 Αθήνα
7. Γενικό Νοσοκομείο Ημαθίας
  - Οργανική Μονάδα της Έδρας Γ.Ν. Βέροιας
  - Συνοικισμός Παπάγου, 591 00 Βέροια
8. Γενικό Νοσοκομείο Πέλλας
  - Οργανική Μονάδα της Έδρας Γ. Ν. Έδεσσας
  - Τέρμα Εγνατίας, 582 00 Έδεσσα
9. Γενικό Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης «ΙΠΠΟΚΡΑΤΕΙΟ»
  - Κωνσταντινουπόλεως 49, 546 42 Θεσσαλονίκη
10. Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Έβρου
  - Οργανική Μονάδα της Έδρας Π.Γ.Ν. Αλεξ/πολης
  - Περιοχή Δραγανά, 681 00 Αλεξανδρούπολη
11. Γενικό Νοσοκομείο Σερρών
  - 3ο χλμ Εθν. Οδού Σερρών – Δράμας, 621 00 Σέρρες
12. Γενικό Νοσοκομείο Ξάνθης
  - Νεάπολη 671 00 Ξάνθη
13. Γενικό Νοσοκομείου Βόλου «ΑΧΙΛΛΟΠΟΥΛΕΙΟ»
  - Πολυμέρη 134, 382 22 Βόλος
14. Γενικό Νοσοκομείο Μεσσηνίας
  - Οργανική Μονάδα της έδρας Γ. Ν. Καλαμάτας
  - Αντικάλαμος & 7ο χλμ Καλαμάτας - Τρίπολης, 241 00 Καλαμάτα
15. Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Πατρών «ΠΑΝΑΓΙΑ Η ΒΟΗΘΕΙΑ»
  - Ρίο Πατρών, 265 04 Πάτρα
16. Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Ιωαννίνων
  - Λ. Σταύρου Νιάρχου, 455 00 Ιωάννινα
17. Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Ηρακλείου-
  - Γενικό Νοσοκομείο «ΒΕΝΙΖΕΛΕΙΟ»
  - α) Οργανική Μονάδα της Έδρας Π. Γ. Ν. Ηρακλείου
  - Βούτες Ηρακλείου, 710 01 Ηράκλειο
  - β) Αποκεντρωμένη Οργανική Μονάδα Γ. Ν. «ΒΕΝΙΖΕΛΕΙΟ»
  - Λεωφ. Κνωσσού, Τ.Θ. 44, 710 01 Ηράκλειο Κρήτης

18. Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Λάρισας- Γενικό Νοσοκομείο Λάρισας  
«ΚΟΥΤΛΙΜΠΑΝΕΙΟ & ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΕΙΟ»  
Αποκεντρωμένη Οργανική Μονάδα Γ.Ν.Α.«ΚΟΥΤΛΙΜΠΑΝΕΙΟ &  
ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΕΙΟ»  
Τσακάλωφ 1, 412 21 Λάρισα
19. Κέντρο Υγείας Λιτόχωρου (3η Υ.ΠΕ), 602 00 Πλάκα Λιτόχωρου
20. Κέντρο Υγείας Σερβίων (3η Υ.ΠΕ)  
Αγίου Γεωργίου & Καστανιάς, 505 00 Σέρβια
- 21.Κέντρο Υγείας Άργους Ορεστικού (3η Υ.ΠΕ)  
Αλιάκμονος 1, 522 00 Άργος Ορεστικό
22. Κέντρο Υγείας Αιτωλικού(6η Υ.ΠΕ)  
Περιφερειακή Οδός Αιτωλικού – Νεοχωρίου 304 00 Αιτωλικό
23. Κέντρο Υγείας Σαλαμίνας (2η Υ.ΠΕ)  
Λεωφόρος Φανερωμένης, 189 00 Σαλαμίνα
24. Κέντρο Υγείας Αστ. Τύπου Ν. Καλλικράτειας (4η ΥΠΕ)  
Οσίας Παρασκευής, 63080 Νέα Καλλικράτεια, Χαλκιδική
- 25.Περιφερειακό Ιατρείο Πλ. Αμερικής. (Κ.Υ. Βύρωνα -1η Υ.ΠΕ)  
Φιντίου 19 112 53 Αθήνα
26. Κέντρο Υγείας Αλεξάνδρας (Σταθμός Προστασίας Μάνας – Παιδιού και Εφήβου)  
Λ. Αλεξάνδρας 119, 114 75 Αθήνα
27. Κέντρο Υγείας Πειραιά, Μπουμπουλίνας 7-13, 18535 Πειραιάς
28. Τοπικό Ιατρείο Ακροπόλεως (Μονάδα Υγείας Θεσσαλονίκης- Σταθμός Προστασίας  
Μάνας – Παιδιού και Εφήβου)  
Ακροπόλεως 21, 546 34 Θεσσαλονίκη
29. Τοπικό Ιατρείο Τριανδρίας (Μονάδα Υγείας Τούμπας- Σταθμός Προστασίας Μάνας  
– Παιδιού και Εφήβου)  
Μιαούλη 4, 55332 Θεσσαλονίκη
30. Κέντρο Υγείας Λάρισας- Σταθμός Προστασίας Μάνας – Παιδιού και Εφήβου  
Ρούσβελτ 4, 412 22 Λάρισα
31. Κέντρο Υγείας Αγ. Αλεξίου Πατρών- Σταθμός Προστασίας Μάνας – Παιδιού και  
Εφήβου, Ιωαννίνων 14, 262 23 Πάτρα
32. Κέντρο Υγείας Ιωαννίνων- Σταθμός Προστασίας Μάνας – Παιδιού και Εφήβου  
Παύλου Μελά 34 451 00 Ιωάννινα
33. Κέντρο Υγείας Ηρακλείου Κρήτης- Σταθμός Προστασίας Μάνας – Παιδιού και  
Εφήβου 3ο χλμ Εθν. Οδού Ηρακλείου – Μοιρών, Εσταυρωμένος, 715 00  
Ηράκλειο Κρήτης

**ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΔΙΑΝΟΜΗ (με ηλεκτρονική αλληλογραφία)**

1. Γραφ. κ. Υπουργού Υγείας
2. Γραφ. κ. Αν. Υπουργού Υγείας
3. Γραφ. κ.κ. Γεν. Γραμματέων (3)
4. Γραφ. κ.κ. Προϊσταμένων Γεν. Δ/νσεων (3)
5. Δ/νσεις και Αυτοτελή Τμήματα του Υπουργείου
6. Γραφ. Τύπου και Δημοσίων Σχέσεων
7. Δ/ση Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης
8. Δνση Π.Φ.Υ (5)
9. Δ/ση Δημόσιας Υγείας και Ποιότητας Ζωής

## Παράρτημα Ι

**Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού 2018 WABA**

Το μήνυμα για την παγκόσμια εβδομάδα μητρικού θηλασμού για το 2018 είναι  
θηλασμός: θεμέλιο ζωής

Ο μητρικός θηλασμός συμβάλει στην πρόληψη της κακής διατροφής σε όλες τις μορφές με θετικές επιδράσεις μακροπρόθεσμα σε παιδιά και μητέρες. Ο μητρικός θηλασμός βοηθά στην επισιτιστική ασφάλεια σε κάθε περίοδο κρίσης. Η προστασία, προαγωγή και υποστήριξη του μητρικού θηλασμού είναι σημαντική για την υγεία του πλανήτη και του κόσμου. Ο μητρικός θηλασμός αποτελεί το θεμέλιο για την εξέλιξη της κάθε χώρας και το καλύτερο ισοδύναμο για την εξάλειψη της φτώχειας.

Ο μητρικός θηλασμός αποτελεί μια διεθνή πρακτική, που ανεβάζει το βιοτικό επίπεδο, προσφέροντας στον κάθε άνθρωπο ένα δίκαιο ξεκίνημα στη ζωή. Βελτιώνει την υγεία, προάγει την ευημερία και την επιβίωση των γυναικών και των παιδιών σε όλο τον κόσμο.

Στόχοι της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού θηλασμού 2018 είναι:

5. Η πληροφόρηση του κόσμου για τη συσχέτιση που υφίσταται ανάμεσα στον μητρικό θηλασμό και την υγιεινή διατροφή, την επισιτιστική ασφάλεια και τη μείωση της φτώχειας.
6. Η εγκαθίδρυση του μητρικού θηλασμού ως το θεμέλιο της ζωής.
7. Η δέσμευση με τον κάθε ένα ξεχωριστά για την προώθηση του μητρικού θηλασμού ως μέρος της υγιούς διατροφής, της επισιτιστικής ασφάλειας και της μείωσης της φτώχειας.
8. Η ανάληψη δράσεων για την προώθηση του μητρικού θηλασμού σαν μέρος της υγιούς διατροφής, της επισιτιστικής ασφάλειας και της μείωσης της φτώχειας.

Ένας βιώσιμος και πλέον ίσος κόσμος ξεκινά με προσπάθειες να λήξει η φτώχεια, να προστατευτεί ο πλανήτης και να διασφαλιστεί η ευημερία για όλους. Η κακή διατροφή, η επισιτιστική ανασφάλεια και η φτώχεια επηρεάζουν εκατομμύρια κόσμου και εμποδίζουν τη βιώσιμη ανάπτυξη. Ο μητρικός θηλασμός είναι μια διεθνής πρακτική που δίνει σε όλους ένα δίκαιο ξεκίνημα στη ζωή και θέτει τα θεμέλια για υγιή επιβίωση των παιδιών και των γυναικών.

Το μητρικό γάλα είναι τέλεια σχεδιασμένο για τις διατροφικές και ανοσολογικές ανάγκες του κάθε παιδιού. Ο μητρικός θηλασμός είναι ο φυσικός και βέλτιστος τρόπος να σιτιστούν τα παιδιά και προάγει το δεσμό μητέρας – παιδιού, ασχέτως της γενικής κατάστασης τους. Παρότι τα διεθνή ποσοστά του είναι υψηλά στην έναρξη, μόνο το 40% των παιδιών σε ηλικία κάτω των 6 μηνών θηλάζουν αποκλειστικά και μόλις το 45% αυτών θηλάζουν για πάνω από 24 μήνες. Επιπροσθέτως, υπάρχουν μεγάλες διακυμάνσεις ανά περιοχή και χώρα. Η αύξηση των ποσοστών μητρικού θηλασμού θα μπορούσε να προλάβει περισσότερους από 823.000 παιδικούς και 20.000 μητρικούς θανάτους κάθε χρόνο. Η απουσία μητρικού θηλασμού σχετίζεται με χαμηλότερα επίπεδα ευφύιας και καταλήγει σε οικονομικές απώλειες της τάξεως των 302 δισεκατομμυρίων δολαρίων ετησίως.

Υπάρχουν πολλά εμπόδια στο να δημιουργηθεί ένα ικανό και υποστηρικτικό περιβάλλον για τις γυναίκες προκειμένου να θηλάσουν. Περιλαμβάνουν έλλειψη ικανοποιητικών υπηρεσιών υγείας, οικογενειακών και κοινωνικών υποστηρικτικών συστημάτων, εργασιακών συνθηκών και πολιτικών. Η δε προώθηση των εμπορικών υποκατάστατων του μητρικού γάλακτος επιδεινώνει την κατάσταση. Χρειάζεται

εστιασμένη δράση για να επιτευχθεί ο παγκόσμιος στόχος που περιλαμβάνει τουλάχιστον 50% αποκλειστικό μητρικό θηλασμό μέχρι το 2025. Τη στιγμή που έχει ήδη σημειωθεί σημαντική πρόοδος, υπάρχει ακόμα πολύ δουλειά να γίνει για να κλείσουν τα κενά που έχουν δημιουργηθεί στις πολιτικές και την εφαρμογή τους. Μαζί μπορούμε να διαδηλώσουμε για το μητρικό θηλασμό σαν ένα σημαντικό μέρος της εξασφάλισης υγιούς διατροφής, διατροφικής ασφάλειας και μείωσης της φτώχειας.

Η παγκόσμια εβδομάδα μητρικού θηλασμού εστιάζει σε:

1. Πρόληψη του υποσιτισμού σε όλες του τις μορφές.

Η κακή διατροφή εστιάζεται τόσο στον υποσιτισμό όσο και στην παχυσαρκία και συσχετίζεται με νοσήματα. Αυτή η διττή διάσταση της κακής διατροφής έχει μεγάλες επιπλοκές και βραχυπρόθεσμα αλλά και μακροπρόθεσμα αποτελέσματα.

2. Διασφάλιση της επισιτιστικής ασφάλειας ακόμα και σε περιόδους κρίσης.

Η επισιτιστική ασφάλεια σημαίνει πρόσβαση για όλους τους ανθρώπους και σε όλες τις εποχές. Επηρεάζεται από τη διαθεσιμότητα του φαγητού, τις οικονομικές δυνατότητες και τις διαφορετικές κρίσεις, πχ. πείνα, φυσικές καταστροφές, πολιτικές και περιβαλλοντικές κρίσεις.

3. Σπάσιμο του κύκλου της φτώχειας

Η φτώχεια σχετίζεται με διάφορους παράγοντες συμπεριλαμβανομένης της πείνας και της κακής διατροφής. Η πείνα οδηγεί τις φτωχές οικογένειες σε συνθήκες κατάρρευσης και εμποδίζει από το να σπάσει ο κύκλος της φτώχειας.

Ο μητρικός θηλασμός συμβάλει στην πρόληψη της κακής διατροφής σε όλες τις μορφές, διασφαλίζει την διατροφική ασφάλεια για τα νεογνά και τα νέα παιδιά και έτσι βοηθάει στο να βγούν οι άνθρωποι και τα έθνη από την πείνα και τον κύκλο της φτώχειας. Αποτελεί λοιπόν θεμέλιο ζωής. Η προστασία, η προαγωγή και η υποστήριξη του μητρικού θηλασμού είναι σημαντική σε ένα κόσμο πλέον βιώσιμο.

Οι μακροπρόθεσμες θετικές επιδράσεις στην υγεία από τον βέλτιστο μητρικό θηλασμό.

Υπάρχουν ισχυρές ενδείξεις ότι ο μητρικός θηλασμός επιδρά:

1. Μητέρες: μειώνει τον κίνδυνο καρκίνου ωοθηκών και μαστού και μειώνει τον κίνδυνο υπέρτασης
2. Παιδιά: προλαμβάνει λοιμώξεις, μειώνει την επίπτωση και τη σοβαρότητα της διάρροιας, σχετίζεται με χαμηλότερα ποσοστά αναπνευστικών λοιμώξεων και οξείας μέσης ωτίτιδας, πρόληψη των φθορών των δοντιών και των δυσπλασιών, και αύξηση της ευφυΐας

Ο βέλτιστος μητρικός θηλασμός είναι ζωτικής σημασίας για μακροπρόθεσμη καλή κατάσταση υγείας και ευημερίας για γυναίκες και παιδιά.

Ο ΠΟΥ και η UNICEF συστήνουν:

1. Έγκαιρη έναρξη του μητρικού θηλασμού μέσα στην πρώτη ώρα ζωής
2. Αποκλειστικό μητρικό θηλασμό για τους πρώτους 6 μήνες ζωής
3. Συνεχιζόμενος μητρικός θηλασμός μέχρι τα 2 χρόνια ζωής ή και παραπάνω με την εισαγωγή συμπληρωματικών στερεών τροφών.

Οι βραχυπρόθεσμες και μακροπρόθεσμες επιδράσεις στο κόστος από την απουσία του μητρικού θηλασμού επηρεάζουν την κοινωνία σε διάφορους τρόπους:

1. Τα νεογνά που δε θηλάζουν έχουν χαμηλότερο δείκτη αντίληψης, μειώνονται οι ευκαιρίες να επιτευχθεί καλύτερη εκπαίδευση και ακολούθως να υπάρχει καλύτερη προοπτική για τη ζωή.
2. Τα χαμηλά ποσοστά του μητρικού θηλασμού συμβάλλουν στην αύξηση των ασθενειών, για αυτό και προκαλούν και υψηλότερα κόστη στην υγεία για κόσμηθεραπείας.

3. Η παραγωγή, αποθήκευση, διανομή και προετοιμασία του νεογνικού αγελαδινού γάλακτος (formula) συμβάλει στην περιβαλλοντική ζημιά.

Εδώ και πολλά χρόνια έχει αναγνωριστεί ότι η κακή διατροφή με τον υποσιτισμό είναι κοινά φαινόμενα στις χώρες που έχουν χαμηλό εισοδηματικό επίπεδο. Επιπροσθέτως, η αυξημένη πρόσληψη βάρους και οι μη μεταδοτικές ασθένειες που προκύπτουν, συμβάλλουν στην επιβάρυνση των ασθενειών σε χαμηλά εισοδήματα σε σύγκριση με τις χώρες υψηλού εισοδήματος. Η έλλειψη μητρικού θηλασμού μπορεί να συσχετίζεται τόσο με την αυξημένη πρόσληψη βάρους όσο και με τον υποσιτισμό. Αυτή η διττή επιπλοκή έχει τις μέγιστες επιδράσεις στο μακροπρόθεσμο και βραχυπρόθεσμο επίπεδο υγείας.

Η παιδική κακή διατροφή, ειδικά η απώλεια βάρους, συχνά προέρχεται από την τεχνητή σίτιση σε χώρες με χαμηλά εισοδήματα. Οι απώλειες μπορεί να προληφθούν άμεσα, για παράδειγμα με την πρόληψη των σοβαρών διαρροιών. Εκτός από το μητρικό θηλασμό, πολλοί παράγοντες επηρεάζουν την βέλτιστη ανάπτυξη και εξέλιξη των παιδιών, συμπεριλαμβανομένων της εισαγωγής, της διάθεσης και της συχνότητας της συμπληρωματικής διατροφής. Ο κίνδυνος άλλων μορφών κακής διατροφής, μεγάλης πρόσληψης βάρους και παχυσαρκίας, αυξάνει όσο περισσότερο ένα παιδί σιτίζεται με τεχνητή διατροφή, και αυτό προκύπτει όλο και πιο συχνά σε όλες τις περιπτώσεις.

Ο βέλτιστος μητρικός θηλασμός βοηθάει την πρόληψη της κακής διατροφής σε όλες τις μορφές με θετικές μακροπρόθεσμες επιδράσεις τόσο σε παιδιά όσο και σε γυναίκες. Ο αποκλειστικός μητρικός θηλασμός επίσης βοηθάει τις μητέρες να επιστρέψουν σε ένα υγιές προ εγκυμοσύνης βάρος και πιθανά μειώνει τον κίνδυνο ανάπτυξης διαβήτη.

Τα Ηνωμένα Έθνη καθορίζουν ως επισιτιστική ασφάλεια την πλήρη και σε όλες τις περιπτώσεις, ύπαρξη σωματικής, κοινωνικής και οικονομικής πρόσβασης σε ικανοποιητικά, ασφαλή και θρεπτικά τρόφιμα σε όλους τους ανθρώπους, προκειμένου να καλύπτονται όλες οι διατροφικές ανάγκες για μια παραγωγική και υγιή ζωή. Οι πρώτες 1000 ημέρες ζωής είναι σημαντικές καθώς σε αυτές χτίζεται η ανθρώπινη ανάπτυξη. Ο μητρικός θηλασμός παρέχει επισιτιστική ασφάλεια στα παιδιά από την αρχή της ζωής και συμβάλει στη επισιτιστική ασφάλεια για όλη την οικογένεια. Οι πολιτικές, που προστατεύουν, προάγουν και υποστηρίζουν τη βέλτιστη σίτιση του παιδιού και του νεογνού θα πρέπει να περιλαμβάνουν επισιτιστική ασφάλεια για όλες τις έγκυες και τις θηλάζουσες.

Ο μητρικός θηλασμός είναι ένα παράδειγμα ουσιαστικής σύνδεσης ανάμεσα στην ανθρώπινη υγεία και το φυσικό οικοσύστημα. Το μητρικό γάλα είναι ένα φυσικό, ανανεώσιμο τρόφιμο, που είναι περιβαλλοντικά ασφαλές και φιλικό με το περιβάλλον αφού παράγεται και διανέμεται στον καταναλωτή χωρίς μόλυνση, πακετάρισμα ή παραγωγή αποβλήτων. Η τεχνητή διατροφή, αντίθετα, αποτελεί ένα μείζονα παράγοντα περιβαλλοντικής μόλυνσης που συμβάλει στην καταστροφή των φυσικών πόρων, και στην κλιματική αλλαγή με πάρα πολλούς τρόπους. Η καθημερινή παραγωγή αγελαδινού γάλακτος, η επεξεργασία και το πακετάρισμα, η διανομή και η προετοιμασία νεογνικής formula απαιτεί την κατανάλωση καυσίμων και μεγάλες ποσότητες νερού. Γι' αυτό, η τεχνητή διατροφή συμβάλει στην αύξηση του φαινομένου του θερμοκηπίου και την κατανάλωση των αποθεμάτων του νερού που επιβαρύνουν την κλιματική αλλαγή. Η κλιματική αλλαγή οδηγεί σε φυσικές καταστροφές και σε ανθρωπιστική κρίση. Μη αξιόπιστες προμήθειες σκόνης γάλακτος και αναξιόπιστες συνθήκες υγιεινής καταδεικνύουν το μητρικό θηλασμό σαν την ασφαλέστερη επιλογή. Ο μητρικός θηλασμός είναι μια έξυπνη κλιματική απόφαση που συμβάλλει στην επισιτιστική ασφάλεια ακόμα και σε περιόδους κρίσης. Η προστασία, προαγωγή και υποστήριξη του μητρικού θηλασμού είναι σημαντική για τον πλανήτη και τους ανθρώπους.



Ένας βιώσιμος κόσμος ξεκινά με τη λήξη της φτώχειας σε όλες τις μορφές παντού. Δεν είναι κάθε φτωχός πεινασμένος, αλλά σχεδόν όλοι οι πεινασμένοι είναι φτωχοί. Εκατομμύρια άνθρωποι ζούν με την πείνα και την κακή διατροφή γιατί απλά δεν μπορούν να αντέξουν οικονομικά να αγοράσουν αρκετά τρόφιμα ή αγροτικά προϊόντα που απαιτούνται για να παράγουν τα δικά τους τρόφιμα. Η πείνα και η φτώχεια μαζί συνεργούν σε ένα κύκλο που εμποδίζει τους ανθρώπους να επιτύχουν μια πλήρη ευημερία. Ο μητρικός θηλασμός είναι μια διεθνής πρακτική που ανεβάζει το βιοτικό επίπεδο για να ξεκινήσει κάθε παιδί δίκαια τη ζωή του. Δίνει τη δυνατότητα σε εκατομμύρια νέων παιδιών να επιβιώσουν και να τραφούν, βάζοντας τα σε ένα μονοπάτι προς ένα καλύτερο και υγιές μέλλον.

Το μητρικό γάλα είναι το πλέον θρεπτικό και ανοσολογικά σταθερό τρόφιμο για νεογνά και νήπια, ένα τρόφιμο που προάγει την πλήρη ανάπτυξη του εγκεφάλου, όσο κανένα άλλο. Ο μητρικός θηλασμός ενδυναμώνει την διανοητική εξέλιξη, τη γνωστική εξέλιξη και το δείκτη αντίληψης στα παιδιά, ενώ βελτιώνει και την μαθησιακή ικανότητα, τη συμμετοχή στο εργατικό δυναμικό και την καλύτερη βιοτική εξέλιξη. Οι απώλειες αυτού του κρίσιμου σταδίου της εξέλιξης του εγκεφάλου κατά την παιδική ηλικία μπορεί να καταλήξουν σε γνωστικά ελλείμματα και σε οικονομικές απώλειες. Ο μητρικός θηλασμός βελτιώνει την υγεία και ευημερία των γυναικών και των παιδιών και είναι το θεμέλιο για την ανάπτυξη κάθε χώρας και για το μέλλον. Είναι το καλύτερο ισοδύναμο, που μπορεί να σπάσει τον κύκλο της φτώχειας.

Παγκοσμίως υπάρχουν 155 εκατομμύρια παιδιά κάτω των 5 ετών με μη φυσιολογικό βάρος σώματος, 52 εκατομμύρια με απώλεια βάρους και 41 εκατομμύρια υπέρβαρα. Εκτιμάται ότι ο μητρικός θηλασμός μειώνει τον κίνδυνο πρόσληψης βάρους και παχυσαρκίας σχεδόν κατά 10% σε σύγκριση με το αγελαδινό γάλα (formula). Σε χαμηλού και μέτριου εισοδήματος χώρες, τα νεογνά 0-5 μηνών που θηλάζουν έχουν 14 φορές μικρότερο κίνδυνο θανάτου σε σχέση με όσα δε θηλάζουν. Περισσότεροι από 1,9 δισεκατομμύρια ενήλικες (άνω των 18) είναι υπέρβαροι. Από αυτούς τα 650 εκατομμύρια είναι παχύσαρκοι. Παγκοσμίως, 815 εκατομμύρια άνθρωποι είναι χρόνια διατροφικά ανασφαλείς και κακό-σιτιζόμενοι και η μεγαλύτερη πλειονότητα (489 εκατομμύρια) ζούν σε χώρες που επηρεάζονται από διαμάχες.

Η παγκόσμια αγορά πώλησης αγελαδινού γάλακτος (formula) προβλέπεται ότι θα φτάσει στις πωλήσεις σχεδόν τα 70,6 δισεκατομμύρια δολάρια μέχρι το 2019. Περισσότερα από 4000 λίτρα νερού χρειάζονται για να παραχθεί μόλις 1 κιλό νεογνικής σκόνης αγελαδινού γάλακτος (formula). Η ποσότητα και η ποιότητα της παραγωγής του μητρικού γάλακτος δεν επηρεάζεται από τη διατροφική κατάσταση της μητέρας, εκτός εάν είναι εξαιρετικά υποσιτιζόμενη και κακοθρεμμένη (μόλις το 1% των γυναικών είναι εξαιρετικά κακοθρεμμένες)

Παγκοσμίως, υπάρχουν περίπου 60 εκατομμύρια πρόσφυγες και μετανάστες, πολλοί από τους οποίους είναι νέα παιδιά και γυναίκες με κίνδυνο κακής διατροφής, που μπορούν να ωφεληθούν από το μητρικό θηλασμό. 1 στους 5 ανθρώπους σε αναπτυσσόμενες περιοχές εξακολουθούν να ζούν με λιγότερο από 1,9 δολάρια την ημέρα. Ο μητρικός θηλασμός είναι μια από τις καλύτερες επενδύσεις για την παγκόσμια υγεία. Κάθε 1 δολάριο που επενδύεται στο μητρικό θηλασμό, προκαλεί 35 δολάρια χρηματική επιστροφή. Η έλλειψη μητρικού θηλασμού συσχετίζεται με οικονομικές απώλειες των 302 δισεκατομμυρίων ευρώ ετησίως ή 0,49% απώλεια του εθνικού εισοδήματος.

#### Δράσεις

Όπου και εάν είστε, μπορείτε να πληροφορήσετε, να δεσμευτείτε, και να προωθήσετε το μητρικό θηλασμό σαν το θεμέλιο της ζωής.

### Πληροφόρηση

1. Διαδώστε τη γνώση για τους κινδύνους και τα μειονεκτήματα της τεχνητής διατροφής ειδικά σε ευάλωτους πληθυσμούς.
2. Πληροφορήστε για τις επιδράσεις του τρόπου ζωής στο βέλτιστο μητρικό θηλασμό.
3. Προάγετε τον μητρικό θηλασμό σαν ένα τρόπο μείωσης του φαινομένου του θερμοκηπίου.
4. Κάνετε συζητήσεις σχετικά με το κόστος που προκύπτει από την έλλειψη του μητρικού θηλασμού για τα νοικοκυριά και τις χώρες.

### Εγκαθίδρυση μητρικού θηλασμού

1. Περιλάβετε την προστασία, την προαγωγή και την υποστήριξη του μητρικού θηλασμού σε προγράμματα πρόληψης της παχυσαρκία.
2. Περιλάβετε το θέμα του μητρικού θηλασμού σε προπτυχιακά και μεταπτυχιακά προγράμματα εκπαίδευσης.
3. Ενσωματώστε το μητρικό θηλασμό σε προγράμματα που απευθύνονται στην μητρική, νεογνική, παιδική, εφηβική υγεία και ανάπτυξη.
4. Διασφαλίστε την εφαρμογή της πολιτικής που έχει καθοριστεί για την παιδική σίτιση σε κάθε έκτακτη περίπτωση και σε κάθε παρέμβαση.

### Δέσμευση

1. Δεσμεύστε τους οργανισμούς που εργάζονται σε θέματα διατροφής, πείνας, επισιτιστικής ασφάλειας, διατροφικής βοήθειας, περιβαλλοντικής, κλιματικής αλλαγής και θέματα μείωσης της φτώχειας.
2. Συμπεριλάβετε νέους ανθρώπους στις καινοτόμες δράσεις που κάνετε για να επιφέρετε αλλαγές.
3. Αναπτύξτε την ικανότητα της πολυδιάστατης ομάδας επαγγελματιών υγείας και εργαζομένων στο μητρικό θηλασμό για να δημιουργήσετε μια ομάδα υποστήριξης για τις μητέρες.

### Αναλάβετε δράσεις

1. Προάγετε την εφαρμογή του Φιλικού προς τα Βρέφη Νοσοκομείου και τα προγράμματα που συμβουλεύουν και υποστηρίζουν τις θηλάζουσες.
2. Εφαρμόστε πολιτικές που προάγουν τις αμειβόμενες άδειες ανατροφής τέκνου στις μητέρες με εφαρμογή νομοθετικού πλαισίου σαν την ελάχιστη παροχή.
3. Εφαρμόστε και παρακολουθήστε τον κώδικα εμπορίας υποκατάστατων μητρικού γάλακτος.
4. Παρακολουθήστε την περιβαλλοντική επίδραση του νεογνικού αγελαδινού ξένου γάλακτος (formula) στην παραγωγή, διανομή και κατανάλωση.
5. Διακηρύξτε για μια καλύτερη επένδυση σε προγράμματα μητρικού θηλασμού σε όλα τα επίπεδα.

Μαζί μπορούμε να εργαστούμε για ένα υγιέστερο, περισσότερο επιτυχημένο και βιώσιμο μέλλον.

Πηγή: *World Alliance for Breastfeeding Action - WABA*

Επιμέλεια μετάφρασης στα ελληνικά: ΠΓΝ-Μαιευτήριο Έλενα Βενιζέλου