

تغذية الرضع و صغار الأطفال في سياق كوفيد-19 الموجز رقم 2 (v1) 2020/آذار/30

من أجل دعم الجهات المنفذة حول كيفية التأهب و التصدي لجائحة كوفيد-19، سوف يتم إصدار موجزات ارشادية قائمة على الأدلة و التي سيتم تحديثها كل عشرة (10) أيام عند ظهور معلومات و أدلة جديدة. يهدف هذا الموجز إلى توفير معلومات تتعلق بتحديدات تغذية الرضع و صغار الأطفال (ICYF) في سياق كوفيد-19. لا يغطي هذا الموجز تدابير التخفيف و الاستجابة الأوسع الموجودة في ارشادات أخرى. سوف نواصل، كمجتمع تغذية، تطوير فهمنا للحلول العملية من أجل تقديم تدخل في سياق كوفيد-19. سوف يكون توثيق و نشر هذه الدروس و الأدلة المستجدة أساسيا من أجل تنفيذ الإستجابات الملائمة و الفعالة في مواجهة هذه الجائحة.

يوحد هذا الموجز التوصيات حول تغذية الرضع و صغار الأطفال في سياق جائحة كوفيد-19؛ حيث تتواءم هذه التوصيات مع التوجيهات المرحلية لمنظمة الصحة العالمية حول الرعاية المنزلية لمرضى كوفيد-19 الذين تظهر عليهم أعراض خفيفة ومتابعة المتصلين بهم (17 آذار 2020)، التدابير العلاجية السريرية للحالات التنفسية الحادة عند الإشتباه بالإصابة بكوفيد-19 (13 آذار 2020) و الدليل الإرشادي حول تغذية الرضع في حالات الطوارئ (2017).

الأفكار الرئيسية والأولويات

1. يجب أن تكون برامج و خدمات حماية، تعزيز و دعم الرضاعة الطبيعية المثلى (المبكرة و الحصرية و الأطعمة التكميلية و المأمونة الملائمة للتعمر و ممارسات التغذية عنصرا حاسما في البرمجة و الإستجابة لصغار الأطفال في سياق كوفيد-19.
2. يجب أن تنصح الأمهات المشتبه أو المؤكد أصابتهن بكوفيد-19 و اللواتي تم عزلهن في المنزل بمتابعة ممارسات التغذية الموصى بها مع أخذ احتياطات النظافة اللازمة أثناء الرضاعة.
3. ضمان الموانمة و التنسيق في خطط التخفيف في ما بين التغذية، الصحة، الأمن الغذائي و سبل العيش، الزراعة، المياه و النظافة و الإصحاح، الحماية الإجتماعية و السلامة العقلية و الدعم النفسي من أجل التركيز على الوصول إلى الرضع و صغار الأطفال في سياق كوفيد-19.
4. يجب أن تمنح الإجراءات من خلال النظم ذات الصلة (الغذاء، الصحة، المياه و النظافة و الإصحاح، و الحماية الإجتماعية) الأولوية لتقديم خدمات الوقاية من أجل تخفيف أثر الجائحة على صحة صغار الأطفال و نظمهم الغذائية مع الإرتباط القوي بالكشف المبكر عن هزال الأطفال و علاجه.
5. الإلتزام التام بالمدونة الدولية لتسويق بدائل حليب الأم و قرارات جمعية الصحة العالمية ذات الصلة اللاحقة (بما فيها قرار جمعية الصحة العالمية 69.9 و دليل منظمة الصحة العالمية ذي الصلة حول وقف التسويق غير الملائم لأغذية الرضع و صغار الأطفال) في جميع السياقات بما يتواءم مع توصيات الدليل الإرشادي لتغذية الرضع في حالات الطوارئ.
6. لا ينبغي طلب أو قبول التبرعات، التسويق و الترويج للأطعمة غير الصحية، الغنية بالدهون المشبعة، السكريات المضافة و/أو الملح.

حماية، ترويج و دعم تغذية الرضع و صغار الأطفال في المنزل

في حين أن هذا يتفاوت بحسب السياق و يتطور بسرعة، فإن التوصية الحالية في سياق كوفيد-19 هي أن الأشخاص المشتبه أو المؤكد أصابهم و يظهرون أعراض خفيفة يجب علاجهم في المنزل.ⁱⁱ لذلك تتطلب الرعاية المنزلية بالرضع و الأمهات تطبيق تدابير الوقاية من العدوى و الرقابة التي توصي بها منظمة الصحة العالمية.ⁱⁱⁱ

في سياق التوفر المحدود و تعرقل الوصول إلى الأسواق، المرافق الصحية أو في حال الإقفال فإن المجتمعات المحلية و العائلات سوف تحتاج إلى معلومات و دعم حول تغذية الرضع و صغار الأطفال؛ بالتالي يُعتبر تكثيف الحماية، الترويج و الدعم للتغذية الملائمة للرضع و صغار الأطفال عملاً حاسماً يتطلب دراسة العقبات الخاصة بالسياق و الصعوبات في القطر. فيما يلي توصيات و اعتبارات أساسية قائمة على الإرشاد و التعلم العالمي حتى الآن:

توصية	اعتبارات أساسية
	<p>بصرف النظر عن أسلوب التغذية:</p> <ul style="list-style-type: none"> • يجب أن تقوم الأمهات بغسل أيديهن دائماً بالماء و الصابون في الأوقات الحرجة، بما فيها قبل و بعد ملامسة الرضيع. • تنظيف الأسطح التي تلامسها الأم في المنزل بشكل روتيني باستخدام الماء و الصابون. • إذا ظهر لدى الأم أعراض تنفسية، ينصح باستخدام كامامة الوجه في حال توفرها أثناء الإرضاع أو العناية بالطفل. يمكن استخدام كامامة الوجه المتوفرة/المعدلة محلياً كبديل. • على الأم و طفلها الحفاظ على التباعد الجسدي عن الآخرين (ما لا يقل عن متر واحد) و تجنب لمس العين، الأنف و الفم. <p>الأمهات المرضعات^v</p> <ul style="list-style-type: none"> • يجب تقديم المشورة و النصح للأمهات بمتابعة الرضاعة الطبيعية في حال تم الإشتباه، احتمال أو تأكيد إصابة الرضيع أو الطفل الصغير بكوفيد-19 أو أي مرض آخر. <p>الرضاعة الإصطناعية</p> <ul style="list-style-type: none"> • يجب تقديم المشورة و النصح للأمهات بإطعام الرضيع أو الطفل الصغير بواسطة كوب مع غسل اليدين بالماء و الصابون قبل لمس الأكواب، زجاجات الرضاعة و الحلمات إلخ. و الحد من عدد مقدمي الرعاية الذين يطعمون الطفل.
	<ul style="list-style-type: none"> • مع احتمال التوفر المحدود لخيارات الطعام المغذي وكذلك محدودية الوصول إليه على مستوى الأسرة، بالإضافة إلى الطلبات المتزايدة على الوالدين بسبب الإقفال، يمكن أن يشعر مقدموا الرعاية بالعجز أمام مسؤوليات العناية بالطفل و التغذية. تأمين إرشاد محدد حول التغذية التكميلية الآمنة و الملائمة للعمر و أساليب التغذية باستخدام منصات رقمية، بث و تواصل اجتماعي سوف يدعم قدرة الوالدين على اتخاذ القرارات. • يجب أن يتلقى مقدموا الرعاية المشورة و النصح و كذلك معلومات عملية و محددة السياق حول أهمية النظم الغذائية الصحية و الحلول التي تمكن العائلات من الحفاظ على نظام غذائي صحي مع حصة من ماء الشرب الآمن و المستساغ لأطفالهم الصغار. • إذا كان من الصعب الحصول على منتجات طازجة، حدد خيارات طعام صحي يمكن أن يحل محل المنتجات الطازجة،ⁱⁱⁱ يجب الحد من الأطعمة فائقة التصنيع ذات القيمة الغذائية المنخفضة التي تكون عادة غنية بالدهون المشبعة، السكريات المضافة و الملح و كذلك تجنب المشروبات السكرية و أنواع الحليب الصناعي. من الضروري أن يستهلك الأطفال الصغار كميات كافية من الفاكهة و الخضار، الحبوب الكاملة و مصادر البروتين. يمكن أن تظهِر أنواع الأطعمة هذه من مصادر طازجة، مجففة، معلبة أو مجمدة. • من الضروري تكييف معلومات كهذه من أجل معالجة معوقات معينة وفقاً للإستجابة السائدة لكوفيد-19 داخل القطر.
يجب نصح الأمهات المشتبه أو المؤكد أصابتهن بكوفيد-19 و اللواتي تم عزلهن في المنزل بالحرص على نظافة الجهاز التنفسي أثناء الرضاعة ^{iv} .	<p>تكتيف دعم العائلات حول ماذا، متى و كيف نغذي الأطفال الصغار في المنزل خلال فترة التغذية التكميلية باستخدام منصات تواصل عملية للوصول إلى العائلات في سياق كوفيد-19.^{vi}</p>
تكتيف الترويج لممارسات النظافة الشخصية الآمنة و لاسيما غسل اليدين بالماء و الصابون في جميع الأوقات الحرجة و ممارسة إعداد/تقديم طعام آمن من أجل الحد من مخاطر نقل كوفيد-19.	<ul style="list-style-type: none"> • قبل البدء بإعداد أو تناول الطعام، يجب على مزودي الرعاية ممارسة سلوكيات النظافة الشخصية التي ينصح بها مثل غسل اليدين بالماء و الصابون و التنظيف و التعقيم المنتظم لمناطق إعداد الطعام.^{viii}

	<ul style="list-style-type: none"> • ضمان ادماج الرسائل المستهدفة محددة السياق القابلة للتحقيق و التنفيذ حول النظافة الشخصية الأمنة ضمن كافة الإمكانيات السانحة و تنسيقها فيما بين أقتية التواصل المتعددة من أجل ضمان وصولها و تطبيقها. • في المجتمعات التي يشيع فيها تناول الطعام من وعاء مشترك أو يُطعم الأطفال باليد، يفضل استخدام وعاء و ملعقة خاصين بالطفل من أجل تجنب العدوى.^{ix}
<p>توفير وصول المعلومات البسيطة، العملية و محددة السياق باستخدام جميع أقتية التواصل المتاحة (رقمية، بث و تواصل اجتماعي) إلى جميع الأسر حول خيارات التغذية الصحية لصغار الأطفال في سياق الإقفال و العوائق المالية.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • استكشاف سبل مبتكرة من أجل إيصال الخدمات لدعم المجتمعات المحلية و الأسر مثل تكنولوجيا الهاتف المحمول، منصات التواصل الاجتماعي، الراديو، رسائل الهواتف النقالة، الإعلانات المجتمعية، نشر المعلومات في محلات البيع المفتوحة (سوبرماركت، مخازن بيع الطعام) التلفزيون إلخ. • حشد منصات التواصل الاجتماعي، شبكة الإنترنت، و وسائل الإعلام من أجل تقديم المعلومات اللازمة، توضيح المعلومات و المفاهيم المغلوطة، و دعم العائلات من خلال تقديم حلول قابلة للتحقيق و محددة السياق لأجل صغار الأطفال و ذلك في سياق محدودية الوصول إلى الفاكهة و الخضار الطازجة. • الموارد المتاحة مثل ميمات الراديو، الرسوم المتحركة و الفيديوهات، مثل سلسلة فيديوهات اليونيسيف حول الأغذية الأولى التي يمكن تحميلها على الهواتف النقالة من أجل نُصح مزودي الرعاية حول ماذا، متى، و كيف يطعمون أطفالهم^x. تم أيضا تطوير فيديوهات لأجل دعم الرضاعة الطبيعية (بما فيها شطف الحليب اليدوي) من قبل إعلام الصحة العالمية و هي متوفرة على موقعه.^{xi}

تقديم خدمات التغذية للرضع و صغار الأطفال من خلال منصات تقديم مختلفة

مع اختلال عملية تقديم الخدمات الروتينية من خلال المرافق و التواصل مع المجتمعات المحلية خلال أوقات الإقفال، هناك حاجة لإيجاد سبل مبتكرة و عملية من أجل إيصال الخدمات الأساسية من خلال أنظمة الغذاء، الصحة، المياه و النظافة و الإصحاح ، و الحماية الاجتماعية لأجل دعم المجتمعات المحلية و الأسر في الحفاظ على أنظمة غذائية ملائمة للرضع و صغار الأطفال و كذلك على صحتهم . فيما يلي بعض التوصيات و الاعتبارات الأساسية من أجل تقديم خدمات التغذية للرضع و صغار الأطفال من خلال نُظم و منصات إيصال مختلفة:

توصية	اعتبارات أساسية
<p>دعم الحكومات من أجل تعزيز بيئة قادرة على دعم تقديم الخدمات للرضع و صغار الأطفال على كامل نطاق أنظمة الغذاء، الصحة، المياه و النظافة و الإصحاح ، و الحماية الاجتماعية.</p>	<p>دعم الحكومات من أجل تعزيز بيئة قادرة على دعم تقديم الخدمات للرضع و صغار الأطفال على كامل نطاق أنظمة الغذاء، الصحة، المياه و النظافة و الإصحاح ، و الحماية الاجتماعية.</p>
<p>ضمان الموائمة و التنسيق في خطط التخفيف في ما بين التغذية، الصحة، الأمن الغذائي و سبل العيش، الزراعة، المياه و النظافة و الإصحاح ، الحماية الاجتماعية و السلامة العقلية و الدعم النفسي من أجل التركيز على الوصول إلى الرضع و صغار الأطفال في سياق كوفيد-19.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ضمان الموائمة و التنسيق في مراجعة و تنفيذ خطط التخفيف للقطاعات ذات الصلة من أجل دعم التركيز على الوصول إلى من هم أكثر ضعفا في سياق كوفيد-19. • موائمة خطط التأهب و الطوارئ من أجل قطاع/مجموعات الأمن الغذائي و سبل العيش، الزراعة، المياه و النظافة و الإصحاح ، الحماية الاجتماعية و السلامة العقلية و الدعم النفسي حول الاجراءات قصيرة، متوسطة و طويلة الأجل من أجل دعم الأسر في تغذية الرضع و صغار الأطفال غذاء صحي، مغذي و آمن في سياق كوفيد-19.
<p>ضمان الموائمة مع المدونة الدولية لتسويق بدائل حليب الأم و قرارات جمعية الصحة العالمية ذات الصلة اللاحقة (بما فيها قرار جمعية الصحة العالمية (69.9)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • رصد خروقات المدونة الدولية لتسويق بدائل حليب الأم و قرارات جمعية الصحة العالمية ذات الصلة اللاحقة و الإبلاغ عنها للسلطات الوطنية، آلية التنسيق لمجموعة/قطاع التغذية، و المراقبين الدوليين. • دعم الحكومة من أجل تطوير سياسات و إجراءات لأجل رصد و اتخاذ إجراء بشأن خروقات المدونة الدولية لتسويق بدائل حليب الأم و قرارات جمعية الصحة العالمية ذات الصلة اللاحقة بما يتوافق مع مجموعة أدوات شبكة الرصد و الدعم العالمي لتنفيذ المدونة الدولية لتسويق بدائل حليب الأم و قرارات جمعية الصحة العالمية ذات الصلة اللاحقة التابعة لمنظمة الصحة العالمية/اليونيسيف. الخروقات المعتادة للكود تتعلق بتصنيف تركيبة حليب الرضع، إدارة الإمدادات و التبرعات. • من الضروري نشر الوعي بين العاملين في المجال الصحي حول التزامهم بموجب الكود (من الممكن أن تستغل شركات انتاج بدائل حليب الأم هذا الوضع و تحاول الترويج لمنتجاتها من خلال نظام الرعاية الصحية)، بالإضافة إلى نشر المعلومات حول الكود و آليات التبليغ عن المخالفات. • تحتاج الأمهات إلى الإطمئنان إزاء سلامة إرضاع أطفالهن.

<p>لا ينبغي طلب الحصول على التبرعات ببدائل حليب الأم، الأغذية التكميلية، و معدات التغذية أو قبولها من قبل الحكومات و الشركاء.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • تبين أن تبرعات الشركات ببدائل حليب الأم تؤدي إلى استخدام متزايد للبدائل و انخفاض في الإرضاع الطبيعي. لهذا السبب أعلنت جمعية الصحة العالمية أنه يجب أن لا يكون هناك تبرعات من الإمدادات المجانية أو مدعومة الثمن لبدائل حليب الأم في أي جزء من نظام الرعاية الصحية. يشمل هذا الحظر أوضاع الطوارئ حيث حثت جمعية الصحة العالمية الحكومات على ضمان أن يتم شراء، توزيع، و استخدام بدائل حليب الأم اللازمة وفق معايير صارمة. من أجل الحصول على المزيد من المعلومات يرجى الرجوع إلى الدليل الإرشادي حول تغذية الرضع في حالات الطوارئ.^{xii}
<p>يجب أن تمنح الإجراءات من خلال نظم الغذاء، الصحة، المياه و النظافة و الإصحاح ، و الحماية الإجتماعية الأولوية لتقديم خدمات الوقاية من أجل تخفيف أثر الجائحة على صحة صغار الأطفال و نظمهم الغذائية مع الإرتباط القوي بالكشف المبكر عن هزال الأطفال و علاجه.</p>	
<p>التقديم من خلال نظام الغذاء في سياق كوفيد-19</p>	
<p>ضمان توفر الأطعمة الطازجة و المواد الأساسية للأطفال، النساء و الأسر من خلال المحافظة على الوصول إلى الأسواق المحلية، المتاجر و المخازن (محلات البقالة الفعلية و تلك عبر الإنترنت).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ضمان بقاء الأسواق المحلية، المتاجر و المخازن مفتوحة و تقديم الأطعمة الطازجة للأطفال، النساء و الأسر. يجب على هذه الأسواق/المتاجر/المخازن اتباع اجراءات النظافة التي يُنصح بها بما فيها تنظيف الأسطح و المنتجات (عن طريق صنع مناديل صحية/معمقات أيدي) و إلزام الزبائن بالحفاظ على التباعد الجسدي بما لا يقل عن متر واحد. • يجب تشجيع الأسر على اعطاء الأولوية لشراء خيارات الطعام الصحي الطازج لصغار الأطفال (كما هو مبين أعلاه). • تشجيع تجار التجزئة على ضمان عرض الفاكهة و الخضار الطازجة في مكان بارز و بيعها بأسعار مقبولة. • من المحتمل أن تكون المجتمعات المحلية الأفقر الأكثر تأثراً بتخلخل أنظمة الغذاء و صدمات الدخل و تحتاج إلى الدعم كي تتغذى بشكل صحي. إذا كان الغذاء الصحي أسعاره مرتفعه عندئذ سوف يؤدي الريبة و الشك إلى زيادة شراء الأطعمة الغير سريعة التلف بما فيها الأطعمة ذات فترة صلاحية طويلة الأجل، فائقة التصنيع و الغنية بالدهون المشبعة، السكريات المضافة و/أو الملح. ينبغي إيلاء عناية خاصة إلى ضمان استمرار امداد هذه المجتمعات بالمواد المغذية و الأطعمة الطازجة و بأسعار مقبولة.
<p>تقديم الإرشاد للمجتمع المحلي و الأسر حول شراء الغذاء الصحي في سياق كوفيد-19.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • تزويد الأسر بالتوصيات حول أنواع الغذاء ذات الأولوية، بالإضافة إلى نصائح حول إعداد الطعام في المنزل (يمكن ربطها بالحدث الإخباري عند نشرها؟) • تذكير الأسر أن الأطعمة المغلفة فائقة التصنيع غالباً ما تكون أقل صحية و غنية بالدهون المشبعة، السكريات المضافة و/أو الملح. تزويد الأسر بالإرشادات حول كيفية قراءة الملصقات- من الجهتين الأمامية و الخلفية للعبوة، القيمة الغذائية و قائمة المكونات- من أجل تحديد خيارات "الأفضل لك".
<p>التحكم بالتسويق، الترويج أو التوزيع واسع النطاق للأطعمة غير الصحية الغنية بالدهون المشبعة، السكر المضاف و/أو الملح للأطفال.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • يجب تجنب التسويق و الترويج غير السليم للأطعمة التجارية غير الصحية للرضع و صغار الأطفال حيث يمكنها أن تقوض الرضاعة المستمرة و الحصرية كذلك تنني مزودي الرعاية عن تغذية أطفالهم بطعام متنوع محضر في المنزل و هذا يؤدي إلى الإعتداع على المنتجات التجارية. • ينبغي على الحكومة و الشركاء عدم تشجيع التوزيع واسع النطاق للأغذية غير الصحية للأطفال سواء كان توزيع موجه أو شامل.
<p>لا ينبغي للحكومة أو الشركاء طلب أو قبول التبرعات بالأطعمة غير الصحية، الغنية بالدهون المشبعة، السكر المضاف و/أو الملح.^{xiii}</p>	<ul style="list-style-type: none"> • الأغذية التي لا تستوفي متطلبات منظمة الصحة العالمية^{xiv} من أجل نظام غذائي صحي من الممكن أن تقوض استخدام الغذاء المحلي و الممارسات الغذائية الموصى بها و تساهم في زيادة استهلاك الأغذية غير الصحية. • لا ينبغي طلب التبرعات بالأطعمة غير الصحية أو قبولها من أجل توزيع موجه أو شامل أثناء الإستجابة لحالات الطوارئ من قبل الحكومة و الشركاء.
<p>يجب الإبتعاد عن الشركات المنتجة "للغذاء غير الصحي" فيما يتعلق بالمساهمات المالية و العينية. كذلك يجب تجنب التسويق المرتبط بقضايا معينة و الرسائل المشتركة.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • تحمل ارتباطات كهذه امكانية اعتبار أن الحكومة و شركائها يتبنون علامة تجارية أو منتجات معينة. كما يمكن للعمل مع الشركات المنتجة للغذاء غير الصحي أن يسيء إلى سمعة الحكومات المضيفة، الحكومات المانحة و المجتمعات المحلية؛ و يمكن أن يبدو الأمر و كأنها تناقض الجهود الرامية إلى مكافحة زيادة الوزن. • يجب عدم قبول أي تبرعات عينية من الشركات المنتجة لبدائل حليب الأم و كذلك استبعادها من رعاية الإجماعات أو شركات العلامة التجارية.
<p>التقديم من خلال النظام الصحي في سياق كوفيد-19</p>	

<p>يجب تغذية الرضع، في المرافق الصحية، المولودين لأمهات مشتبه، محتمل أو مؤكد أصابتهن بكوفيد-19 وفقاً للتوجيهات الموصى بها حول تغذية الرضع؛ مع الحرص على نظافة الجهاز التنفسي أثناء الرضاعة^{xv}.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • وضع بروتوكولات للرضاعة الآمنة^{xvi} من أجل الأمهات المصابات وكذلك سياسيات من أجل تجنب التوزيع واسع الانتشار و التبرعات ببدائل حليب الأم؛ مع ضمان أن الأطفال تحت عمر ستة أشهر و الذين لا يمكن ارضاعهم تتم تغذيتهم بشكل ملائم بحليب الأطفال . • يجب تقديم المشورة و النصح للأمهات بمتابعة الرضاعة الطبيعية في حال تم الإشتباه، احتمال أو تأكيد إصابة الرضيع أو الطفل الصغير بكوفيد-19 أو أي مرض آخر.
<p>يجب تقديم دعم مؤهل للرضاعة الطبيعية للأم و ولديها في حال دعت الحاجة و تمكينها من ممارسة تلامس الجلد بالجلد، رعاية الأم على طريقة الكنغر و أن يبقىا سويا و يمارسا الإقامة المشتركة طيلة الليل و النهار لاسيما مباشرة بعد الولادة و بداية الرضاعة الطبيعية سواء كانت الأم أو ولديها لديه اشتباه، احتمال أو تأكيد إصابة بكوفيد-19.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • كما هو الحال في جميع حالات احتمال، اشتباه أو تأكيد الإصابة بكوفيد-19، فإن الأمهات اللاتي يعانين من الأعراض و يرضعن أو يمارسن تلامس الجلد بالجلد أو الرعاية على طريقة الكنغر عليهن الحرص على نظافة الجهاز التنفسي (مثل ارتداء كمامة)، حتى أثناء الإرضاع. • إذا كان لدى الأم أعراض تنفسية، يُنصح باستخدام الكمامة عند التواجد بقرب الطفل، إذا أمكن، تعقيم الأيدي قبل و بعد ملامسة الطفل؛ تنظيف و تعقيم الأسطح التي لامستها الأم التي تعاني من أعراض المرض بشكل روتيني.
<p>في الحالات المرض الشديد للأم المصابة بكوفيد-19 أو أي اختلالات صحية أخرى و التي تمنعها من العناية برضيعها أو الإستمرار بالرضاعة الطبيعية المباشرة، يجب دعم و تشجيع الأمهات على اعتصار الحليب و تأمين حليب طبيعي للرضيع بشكل آمن مع تطبيق إجراءات نظافة مناسبة.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • إذا كانت الأم تعصر حليب الثدي باليد، أو بواسطة مضخة ثدي يدوية أو كهربائية عليها غسل يديها قبل اعتصار حليب الثدي أو ملامسة أي جزء من المضخة أو زجاجة الرضاعة و ضمان تنظيف المضخة بشكل جيد بعد كل استخدام. • يجب اعطاء حليب الثدي الذي تم اعتصاره إلى الرضيع بواسطة كوب و/أو ملعقة نظيفة و يفضل أن يقوم بهذا العمل شخص ليس لديه أي علامات أو أعراض مرضية. • إذا كانت الأم متوعدة للعناية بحيث لا يمكنها الإرضاع أو اعتصار الحليب أو في حال عدم توفر حليب من متبرعة، يمكن تأمين بديل حليب الأم ملائم^{xvii} يسترشد بالسياق الثقافي، تقبل الأم، و توفر الخدمة^{xviii}.
<p>يجب تقديم المشورة حول تغذية الرضع و صغار الأطفال، الدعم النفسي الإجتماعي الأساسي، دعم التغذية العملية إلى جميع النساء الحوامل و أمهات الرضع و صغار الأطفال سواء كانت الأمهات أو الرضع و صغار الأطفال مشتبه، محتمل أو مؤكد أصابتهم بكوفيد-19.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • سوف يتم تقييم تقديم المشورة لشخص لشخص أو عن طريق مجموعة من خلال مرفق صحي و منصات المجتمع المحلي في سياق كوفيد-19. حيثما كانت المشورة تقدم من خلال مرفق صحي أو منصات المجتمع المحلي فإن الزيارات الفعلية يجب تقليصها و يجب التشجيع على استخدام الأقتنية الافتراضية (مثل الهاتف، منصات التواصل الإجتماعي و غيرها) من أجل تأمين المعلومات للأسر حول الرضاعة الطبيعية و سلوكيات التغذية التكميلية في الأوقات الحرجة، مثال: عند تخريج الأم و الرضيع من المرفق الصحي، خلال الفترة الإنتقالية من الرضاعة الطبيعية الحصرية إلى تقديم التغذية التكميلية في الوقت المناسب. • في سياق الهلع، الإقفال، و الخوف على أفراد العائلة، يمكن أن تكون هذه الفترة مرهقة للغاية للحوامل و الأمهات المرضعات. لهذا يجب أن يكون الدعم النفسي الإجتماعي الأساسي أحد المكونات الجوهرية لتقديم المشورة^{xix}.
<p>التقديم من خلال نظام المياه و المرافق الصحية في سياق كوفيد-19</p>	
<p>تكتشف رسائل الإدماج حول ممارسات النظافة الآمنة لصغار الأطفال باستخدام أقتنية تواصل مبتكرة- رقمية، بث، و منصات التواصل الإجتماعي- كجزء من تقديم خدمة التغذية من خلال منصات الصحة، المياه و النظافة و الإصحاح ، و الحماية الإجتماعية.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • في حال تقديم الخدمات التشغيلية من خلال منصة الصحة و منصات أخرى، تأكد من ادماج ممارسات النظافة الموصى بها (مثل غسل اليدين بالصابون و التنظيف و التعقيم المستمر لأماكن إعداد الطعام) مع تقديم المشورة و الدعم. • في سياق كوفيد-19، يمكن أن يصبح تقديم الخدمات الروتيني (تقديم المشورة شخص لشخص أو عن طريق مجموعة) تقديم المشورة من خلال مرفق، المجتمع المحلي و منصات الحماية الإجتماعية غير فعال و عندها يجب استخدام الأقتنية الافتراضية (مثل التطبيقات الرقمية و تلك القائمة على التواصل الإجتماعي) من أجل تقديم رسائل جوهرية حول اعداد الطعام الآمن، التغذية، التخزين بالإضافة إلى أهمية مياه الشرب الآمنة المستساغة لصغار أطفالهم. • ضمان ادماج الرسائل المتناسقة حول النظافة الآمنة في جميع الفرص السانحة و أقتنية التواصل المتعددة من خلال النظام الصحي لأجل ضمان وصولها و تطبيقها.
<p>التقديم من خلال نظام الحماية الإجتماعية في سياق كوفيد-19</p>	

<p>تحسين الوصول إلى خيارات الطعام المغذي و الصحي إلى جانب تقديم المشورة الغذائية من خلال برامج خدمات الحماية الإجتماعية (مساعدات غذائية مباشرة و غير مباشرة) للرضع و صغار الأطفال. يمكن لهذا أن يتضمن أيضا تقديم خيارات غذائية مغذية أو فيتامينات و مكملات معدنية من أجل تحسين نوعية النظام الغذائي لصغار الأطفال.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • يجب أن يترافق توفير خيارات الغذاء المغذي أو الفيتامينات و المكملات المعدنية مع رسائل، تقديم مشورة و دعم ملائمة حول تغذية الرضع و صغار الأطفال. • تخزين المواد الغذائية الأساسية (بودرة المغذيات الدقيقة، المكملات الغذائية القائمة على الدهون، فيتامين أ إلخ) و ذلك تحسبا لإختلال سلسلة التوريد. كذلك يجب الأخذ بعين الاعتبار تخزين حليب الأطفال لمن هم تحت سن الستة أشهر و الذين لا يرضعون رضاعة طبيعية^{xx}. • قد تدعو الحاجة إلى توفير المساعدات الغذائية الأساسية (مساعدة مباشرة أو تخفيض أسعار) في المدى القصير إلى الفئات الأكثر ضعفا و ذلك من أجل ضمان وصولهم إلى الغذاء المغذي. يجب ربط هذه الجهود بالإجراءات طويلة الأجل مثل دعم سبل العيش للحفاظ على الممارسات الصحية. • رصد و متابعة تقديم الخدمات أمر بالغ الأهمية من أجل ضمان الوصول إلى الرضع و صغار الأطفال الأكثر حاجة لهذه الخدمات (مثل الأطفال الذين يعانون من سوء التغذية).
<p>عندما تتضمن خدمات الحماية الإجتماعية أغذية تكميلية أو توزيع، تجنب تقديم الأطعمة غير الصحية كجزء من ترتيبات بديلة، كذلك تجنب الشراكة مع شركات الغذاء و المشروبات التي تنتج أغذية غير صحية عند مواصلة تقديم هذه الخدمات.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • زيادة الوعي لأجل إرشاد قرارات الحكومة و الشركاء حول المخاطر المرتبطة بقبول امدادات من الطعام غير الصحي المتبرع بها في حالات الطوارئ و/أو الشراكة مع شركات الغذاء التي تنتج أغذية غير صحية. • يمكن للمنظمات التي تعمل على الإستجابة للطوارئ على المستوى المحلي أن تدرس توحيد الجهود لأجل اصدار توجيه مصمم خصيصا للدول حول هذا الموضوع؛ و لاسيما حول ضمان النوعية المغذية للغذاء المقدم تحت مقاربات بديلة مثل مخصصات مجتمعية، حصص إعاشة منزلية، التوصيل إلى المنازل أو القسائم.

أسئلة برنامجية عالقة ستتم معالجتها عند ظهور أدلة

<ul style="list-style-type: none"> • ما جدوى استخدام منصات التكنولوجيا الرقمية من أجل تقديم المشورة و الدعم لمزودي الرعاية حول تغذية الرضع و صغار الأطفال عندما لا يعود بالإمكان اجراء جلسات مشورة لشخص لشخص أو ضمن مجموعة لمزودي الرعاية؟ • ما جدوى الترويج لإستخدام منتجات التحصين المنزلية (مثل بودرة المغذيات الدقيقة المتعددة، المكملات الغذائية القائمة على الدهون) من أجل تحسين نوعية النظام الغذائي للأطفال في الحالات التي يقوم فيه النظام الصحي و الصيدليات بإعاقه الوصول إلى مثل هذه المكملات؟ • ما هي قواعد المشاركة الأكثر ملائمة مع القطاع الخاص من أجل تأمين الغذاء المغذي لصغار الأطفال في سياق هذه الجائحة؟

ارشادات و مصادر مفيدة

- WHO/ WFP/ UNICEF/ UNHCR تغذية الرضع و صغار الأطفال في سياق جائحة كوفيد-19، أفريقيا الشرقية، الوسطى و الجنوبية. صدر في 26 آذار، 2020
- الدليل الإرشادي حول تغذية الرضع في حالات الطوارئ:
- https://www.ennonline.net/attachments/3127/Ops-G_English_04Mar2019_WEB.pdf
- اليونيسيف: دليل البرمجة حول تحسين النظم الغذائية للأطفال خلال فترة التغذية التكميلية:
- https://mcusercontent.com/fb1d9aabd6c823bef179830e9/files/1c81003c-e36d-4788-90e1-191610423755/Complementary_Feeding_Guidance_2020_portrait_ltr_web2.pdf
- دليل منظمة الصحة العالمية حول الإدارة السريرية لكوفيد-19:
- [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)
- التوجيهات المؤقتة لمنظمة الصحة العالمية حول الرعاية المنزلية لمرضى كوفيد-19 الذين تظهر عليهم أعراض خفيفة و متابعة المتصلين بهم:
- [https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-\(ncov\)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts](https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-(ncov)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts)
- اليونيسيف: مرض فيروس كورونا (كوفيد-19) - مالذي يتوجب على الوالدين معرفته:
- www.unicef.org/stories/novel-coronavirus-outbreak-what-parents-should-know
- UNICEF، ILO، & UN Women 2020. سياسات صديقة للعائلة و سياسات أخرى جيدة تتعلق بمكان العمل في سياق كوفيد-19: خطوات أساسية يمكن لأصحاب العمل اتخاذها

<https://www.unicef.org/documents/family-friendly-policies-and-other-good-workplace-practices-context-covid-19-key-steps>

- منظمة الصحة العالمية، 2020. الرعاية المنزلية لمرضى كوفيد-19 الذين تظهر عليهم أعراض خفيفة و متابعة المتصلين بهم: [https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-\(ncov\)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts](https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-(ncov)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts)
- GTAM ، 2020 ، كوفيد-19: ملخص الدليل المتوفرة من أجل ممارسي التغذية في حالات الطوارئ: <http://nutritioncluster.net/resources/gtam-covid19-nutrition-technical-brief-20200313-final/>

الحواشي

- i يجب أن تبدأ الرضاعة الطبيعية خلال ساعة فقط. يجب متابعة الرضاعة الطبيعية الحصرية خلال الستة أشهر الأولى مع إدخال الأغذية التكميلية الملائم، الأمن ، المعطى بشكل سليم و المناسب للعمر في عمر الستة أشهر، و الإستمرار بالرضاعة الطبيعية حتى عمر السنتين أو أكثر.
- ii تنصح منظمة الصحة العالمية بعزل و رعاية جميع الحالات المؤكدة في أحد المرافق الصحية. تنصح منظمة الصحة العالمية بفرز جميع الأشخاص المشتبه بإصابتهم بكوفيد-19 و الذين يعانون من التهاب حاد و شديد في الجهاز التنفسي عند نقطة الإتصال الأولى مع النظام الصحي و أن يبدأ علاج الطوارئ اعتمادا على حدة المرض. في الحالات التي يتعذر فيها عزل جميع المصابين في مرفق صحي، تؤكد منظمة الصحة العالمية على اعطاء الأولوية للمرضى الذين لديهم أعلى احتمال لعواقب سيئة. إذا تعذر عزل جميع الحالات الخفيفة في المرافق الصحية، عندها يمكن عزل الأشخاص الذين يظهرون أعراض خفيفة و ليس لديهم أي عوامل خطر في منشآت غير تقليدية مثل الفنادق التي أعدت لهذا الغرض، ملاعب أو صالات رياضية حيث يمكنهم البقاء حتى تزول الأعراض و تظهر النتائج المخبرية سلبية أي خلوهم من فيروس كوفيد-19.
- iii رعاية الأمهات و الرضع المصابين بكوفيد-19: الوقاية من العدوى و مكافحتها و الرضاعة الطبيعية، المعالجة السريرية للإلتهاب التنفسي الحاد الوخيم (SARI) عند الإشتباه بالإصابة بكوفيد-19. التوجيهات المؤقتة لمنظمة الصحة العالمية. (13 آذار، 2020).
- iv في الأماكن التي يكون فيها الإسهال، الإلتهاب تنفسي و الاعتلال المعدني شائع بين الرضع، أي خطر ممكن لإنتقال عدوى كوفيد-19 من خلال الرضاعة الطبيعية (لم يتم التبليغ عنها حتى الآن) هو أقل من المخاطر المعروفة المرتبطة بالتغذية البديلة.
- v منظمة الصحة العالمية الرعاية الأساسية للوليد و الرضاعة (<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/107481/e79227.pdf>)
- vi لأجل المزيد من المعلومات حول ماذا، متى و كيف تغذي صغار الأطفال أثناء فترة التغذية التكميلية، يرجى العودة إلى دليل البرمجة الذي أصدرته اليونيسيف حول تحسين النظم الغذائية لصغار الأطفال خلال فترة التغذية التكميلية. نيويورك: منظمة الأمم المتحدة للطفولة، 2020.
- vii قيد الإعداد: موقع اليونيسيف تغذية الرضع و صغار الأطفال سوف يكون جاهزا خلال الأيام القليلة القادمة.
- viii https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43546/9789241594639_eng.pdf;jsessionid=0AE37B6A521BC120E2F224E5A9E1FB75?sequence=1
- ix من أجل المزيد من المعلومات حول الارشادات المحددة لبرمجة النظافة في سياق كوفيد-19 يرجى العودة إلى اليونيسيف: المذكرة التوجيهية حول برمجة النظافة https://unicef.sharepoint.com/:b:/r/sites/EMOPS-2019nCoV/DocumentLibrary1/WASH%20COVID19/COVID19%20Hygiene%20Programming%20Guidance_March10.pdf?csf=1&e=PGsu10
- x ادخل إلى سلسلة الفيديو التي اصدرتها اليونيسيف حول الأغذية الأولى على موقع اليونيسيف https://www.unicef.org/nutrition/102823_The%20video%20series.html
- xi فيديوهات عن الرضاعة الطبيعية: على الرغم من أن الفيديوهات لا تتعلق بسياق كوفيد-19، إلا أنها تقدم معلومات مفيدة و ارشادات حول كيفية دعم الرضاعة الطبيعية بما فيها شغط الحليب باليد. <https://globalhealthmedia.org/videos/breastfeeding/>
- xii للحصول على تفاصيل أكثر، يرجى العودة إلى الدليل الإرشادي حول تغذية الرضع في حالات الطوارئ. (2017) <https://www.enonline.net/operationalguidance-v3-2017>
- xiii تتضمن الأمثلة عن الغذاء غير الصحي، على سبيل المثال لا الحصر، الحلوى، رقائق البطاطا أو الذرة، المشروبات مثل الصودا و الحليب المطعم بالشوكولا، النودلز سريعة التحضير، البسكويت/كوكيز/ويفر/الكيك، البيوتزا، الفطائر أو البيرغر و مأكولات سريعة أخرى.
- xiv للحصول على تفاصيل أكثر حول توصيات منظمة الصحة العالمية فيما يتعلق بالنظام الغذائي الصحي، يرجى زيارة <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- xv في الأماكن التي يكون فيها الإسهال، الإلتهاب تنفسي و الاعتلال المعدني شائع بين الرضع، أي خطر ممكن لإنتقال عدوى كوفيد-19 من خلال الرضاعة الطبيعية (لم يتم التبليغ عنها حتى الآن) هو أقل من المخاطر المعروفة المرتبطة بالتغذية البديلة.
- xvi يجب تمكين الأم و وليدها من البقاء سوياً و ممارسة اتصال تلامس الجلد بالجلد، رعاية الأم على طريقة الكنغر و أن يبقيا سوياً و يمارسا الإقامة المشتركة طيلة الليل و النهار سواء كانت الأم أو وليدها لديه اشتباه، احتمال أو تأكيد إصابة بكوفيد-19. انظر أيضا إلى المبادئ التوجيهية لمنظمة الصحة العالمية: حماية، ترويج و دعم الرضاعة الطبيعية في المرافق التي تقدم خدمات الولادة و رعاية المواليد. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/259386/9789241550086-eng.pdf>
- xvii عند تعذر الوصول إلى حليب الثدي، فإن بدائل الحليب الطبيعي الملائمة تتضمن: حليب أطفال جاهز للإستخدام إذا كان عمر الرضيع أقل من ستة أشهر، و الحليب المعالج بحرارة عالية (UHT) و التغذية التكميلية إذا كان عمر الرضيع/الطفل بين 6-23 شهر.

xviii يحظر الترويج لبدائل حليب الأم، وكذلك التبرع بزجاجات الرضاعة و الحلمات، اللهايات أو الدمى و كذلك التبرع ببدائل حليب الأم في أي جزء من المرافق التي تقدم خدمات الولادة و رعاية المواليد أو من قبل أي من الموظفين. يجب أن تعلم المرافق الصحية و موظفيها الأمهات/مزودي الرعاية كيفية تحضير الحليب بشكل آمن و كيفية إعطاء الحليب باستخدام الكوب ذي الفتحة العريضة أو كوب و ملعقة. لا يجوز للمرافق الصحية أو موظفيها إعطاء زجاجات رضاعة و حلمات أو أي منتجات أخرى للرضع الذين يتغذون بالرضاعة الطبيعية؛ هذا الحظر مشمول في نطاق *المدونة الدولية لتسويق بدائل حليب الأم* و قرارات جمعية الصحة العالمية ذات الصلة اللاحقة. يرجى ملاحظة أنه لا ينصح بالمرضعة في سياق الانتشار العالي لمرض نقص المناعة المكتسب، و يجب التفكير في الحليب المتبرع به فقط في حال تم فحصه بشكل مناسب و تعقيمه.

xix من المهم الإهتمام بالصحة الجسدية و العقلية لمقدمي الرعاية و تلبية احتياجاتهم للدعم في كل اتصال من أجل الرعاية الصحية. يرجى الرجوع إلى تفعيل رعاية التنشئة المعنية بالنماء في مرحلة الطفولة المبكرة. <https://nurturing-care.org/wp-content/uploads/2019/07/Operationalizing-NC.pdf>.

xx دليل اليونيسف حول تأمين و استخدام بدائل حليب الأم في الحالات الإنسانية. نيويورك: منظمة الأمم المتحدة للطفولة، 2018. http://www.unicefemergencies.com/downloads/eresource/docs/2.3%20Nutrition/Unicef_BMS_R05.1_Interactive.pdf