



ملف صحفي حول

الحملة الوطنية للتشجيع على الرضاعة الطبيعية

01/ السياق العام

تُعَدّ الرضاعة الطبيعية ركيزة أساسية في تعزيز الصحة العامة، إذ تُشكّل الخطوة الأولى لضمان سلامة الرضيع ونموّه السليم. فحليب الأم هو الغذاء المثالي الذي يوفر الحماية والمناعة اللازمة خلال الأشهر الأولى، ويساهم في الوقاية من الأمراض وسوء التغذية، مما يجعله استثماراً بالغ الأهمية في صحة الأم والطفل ومستقبل الرأس المال البشري للمملكة.

ورغم أن الرضاعة الطبيعية تُعتبر ممارسة اجتماعية متجذّرة في المجتمع المغربي، إلا أن معدلات ممارستها الحصرية لا تزال دون المستوى الموصى به دولياً، حيث تشير الإحصائيات الرسمية إلى أن 35% فقط من الأطفال دون سن ستة أشهر يرضعون رضاعة طبيعية حصرية (ENPSF 2018). ويُعزى ذلك إلى مجموعة من العوامل، أبرزها العادات الاجتماعية والمعتقدات الخاطئة كالاعتقاد بعدم كفاية حليب الأم أو الحاجة إلى إدخال الماء والسوائل مبكراً، إضافة إلى عوامل أخرى مثل الضغوط المهنية والاجتماعية وغياب المواكبة الفورية بعد الولادة، والتسويق المكثف للحليب الاصطناعي، بما في ذلك في بعض المؤسسات الصحية، وهو ما يؤدي إلى تقويض فوائد الرضاعة الطبيعية المثالية والإضرار بصحة الطفل.

في هذا الصدد، وفي إطار التزامها المتواصل بتعزيز صحة وتغذية الأم والطفل، تُطلق وزارة الصحة والحماية الاجتماعية، بشراكة مع المبادرة الوطنية للتنمية البشرية، النسخة الخامسة عشرة من الحملة الوطنية للتشجيع على الرضاعة الطبيعية، وذلك خلال الفترة الممتدة من 20 أكتوبر إلى 20 نونبر 2025 تحت شعار: "الرضاعة الطبيعية المثلى: ركيزة استراتيجية لتعزيز صحة الطفل خلال الألف يوم الأولى من حياته".

وتأتي هذه الحملة تفعيلاً للاستراتيجية الوطنية للتواصل من أجل التغيير الاجتماعي والسلوكي (2023-2027)، التي تهدف إلى تعزيز وترسيخ الممارسات والسلوكيات الإيجابية المرتبطة بالتغذية المثلى خلال الألف يوم الأولى من حياة الطفل، ابتداءً من فترة الحمل إلى غاية بلوغه عامين.

كما تندرج هذه المبادرة ضمن جهود الوزارة الرامية إلى تحسين تغذية الرضع والأطفال، وتعزيز دعم الأمهات، وإزالة العوائق الثقافية والاجتماعية التي تحول دون اعتماد الممارسات المثلى للرضاعة. وتركز الحملة على أهمية الرضاعة الطبيعية المبكرة والمستمرة، باعتبارها وسيلة أساسية لحماية صحة الأم والطفل، والمساهمة الفعالة في تنمية الرأس مال البشري للمملكة.

02/ أهمية الموضوع

تُعَدّ الرضاعة الطبيعية أولوية استراتيجية وخط الدفاع الأول لضمان سلامة الرضيع ونموّه السليم، فهي عامل أساسي في تعزيز الصحة العامة. فحليب الأم يوفر جميع العناصر الغذائية الضرورية للرضيع خلال الأشهر الستة الأولى من حياته، ويحميه من التهابات الجهازين التنفسي والهضمي، كما يقلل من خطر الإصابة بسوء التغذية والسمنة في مرحلة الطفولة، والأمراض المزمنة في مرحلة البلوغ.

ولا تقتصر فوائد الرضاعة الطبيعية على الطفل فحسب، بل تمتد لتشمل الأم أيضاً، إذ تُسهم في تسريع التعافي بعد الولادة وتقليل النزيف، وتساعد على فقدان الوزن الزائد، فضلاً عن خفض خطر الإصابة ببعض أنواع السرطان، خاصة سرطاني الثدي والمبيض. كما تُعد وسيلة طبيعية لتنظيم النسل بفضل تأثيرها في منع الحمل.

وتتجاوز أهمية الرضاعة الطبيعية بعدها الصحي لتشمل البعد الاجتماعي والاقتصادي، إذ تسهم في تقليل كلفة الرعاية الصحية وتحسين جودة الحياة، وتشكل استثماراً طويل الأمد في تنمية رأس المال البشري، من خلال دعم نمو أطفال أصحاء ومتعلمين، قادرين على المساهمة الفعالة في التنمية المستدامة للمملكة.

الهدف العام للحملة

تشجيع ممارسة الرضاعة الطبيعية المثالية وفقاً لتوصيات الصحة العامة، من خلال تحسين معدلاتها عبر التوعية، والدعم، والمواكبة الفعالة للأمهات في الأوساط المجتمعية ومؤسسات الرعاية الصحية.

03/ الوضع الراهن للرضاعة الطبيعية في المغرب

تقدم ملموس لكنه لا يزال غير كاف

رغم التقدم المحقق خلال السنوات الأخيرة، لا تزال ممارسة الرضاعة الطبيعية الحصرية دون المستوى الموصى به دولياً. فحسب المسح الوطني حول السكان وصحة الأسرة (ENPSF 2018)، بلغت نسبة الرضاعة الطبيعية الحصرية 35% لدى الأطفال دون سن ستة أشهر، مقابل 27,8% سنة 2011، وهو تطور إيجابي يعكس تأثير حملات التوعية لكنه ما زال دون المعدل العالمي (44%) والهدف المحدد في الأهداف العالمية للتغذية 2025 (50%).

كما تكشف البيانات ذاتها عن ممارسات مُقلقة تتعلق بمدة الرضاعة والفتام المبكر حيث تتوقف 50% من الأمهات عن الإرضاع قبل أن يبلغ الطفل سنته الأولى، و81% قبل بلوغه 20 شهراً، مع أن متوسط مدة الرضاعة الطبيعية يصل إلى 17.4 شهراً. ويُعزى هذا الفتام المبكر أساساً إلى الشعور بعدم كفاية الحليب، أو رفض الطفل، أو العودة إلى العمل، ونادراً ما يكون نتيجة قرار مدروس.

تفاوتات جغوية واجتماعية واضحة و مستمرة

تؤثر الفوارق الجغرافية والاجتماعية والاقتصادية بشكل واضح على معدلات وممارسات الرضاعة الطبيعية، حيث يسجل معدل انتشار الرضاعة الطبيعية الحصرية 51% في جهة الشرق، في حين ينخفض إلى 20% فقط في جهة طنجة تطوان الحسيمة. كما تبرز هذه التفاوتات بين الواسطين الحضري والقروي، إذ تبلغ النسبة في الواسط القروي 37%، مقابل 32% في الواسط الحضري. ويُعتبر استخدام الحليب الاصطناعي أكثر شيوعاً بين الأمهات المتعلّمات أو الميسورات، وهو ما يُعزى إلى تأثير التسويق وبعض معايير الاستهلاك الحديثة.

وفي سياق متصل، يكشف التحليل المقارن بين مكان الولادة وممارسة الرضاعة الطبيعية الحصرية عن علاقة ارتباط سلبية بين الولادات في المؤسسات الصحية واستمرار الرضاعة الطبيعية الحصرية. ويعود ذلك إلى إدخال الحليب الاصطناعي بشكل متكرر في بعض المرافق الصحية، بالإضافة إلى ضعف التوعية والمواكبة الفورية للأمهات بعد الولادة، وهو ما أكدته كل من الأعمال التحضيرية للاستراتيجية الوطنية للتواصل من أجل التغيير الاجتماعي والسلوكي، ودراسات دولية كسلسلة (The Lancet 2023) حول الرضاعة الطبيعية.

ممارسات مبكرة غير ملائمة وغياب المواكبة

غالبا ما تتأثر الرضاعة الطبيعية الحصرية منذ الأيام الأولى من الحياة بسبب الممارسات المبكرة غير السليمة. فوفقاً للمسح الوطني حول السكان وصحة الأسرة (ENPSF 2018)، فإن 42,6% فقط من الرضع يرضعون من حليب أمهم خلال الساعة الأولى بعد الولادة. رغم أن هذه الخطوة حاسمة لبدء عملية إدراج الحليب بنجاح. علاوة على ذلك، وبالرغم من محدودية البيانات الوطنية في هذا الشأن، يتلقى العديد من الرضع، منذ أيامهم الأولى، سوائل أو أطعمة أخرى غير حليب الأم، مثل شاي الأعشاب أو الحليب الاصطناعي، مما يجعل ممارسة الرضاعة الطبيعية الحصرية أكثر صعوبة.

وتُفسر هذه السلوكيات جزئياً بنقص المواكبة اللاحقة للولادة، حيث أن أقل من نصف النساء صرّحن بتلقي نصائح حول الرضاعة الطبيعية خلال فترة إقامتهن في مصالح الولادة، وتنخفض هذه النسبة إلى 38% في المناطق القروية. إضافة إلى ذلك، يبقى اللجوء إلى الرضاعة الطبيعية السائدة (غير الحصرية) مرتفعاً، حيث أن 51% من الأمهات يرضعن أطفالهن بشكل أساسي، لكن ربع هؤلاء يُدخلن أيضاً الحليب الاصطناعي. ورغم أن هذه الممارسة تبقى أفضل من التخلي التام عن الرضاعة الطبيعية، إلا أنها تقلل بشكل ملحوظ من فوائدها.

وتساهم هذه العوامل إلى جانب الضغوط الاجتماعية المتزايدة لصالح الحليب الاصطناعي والتمثيلات الثقافية المستمرة والراسخة، في إضعاف مكانة الرضاعة الطبيعية في العديد من السياقات. لذلك، جعلت الاستراتيجية الوطنية للتواصل من أجل التغيير الاجتماعي والسلوكي الرضاعة الطبيعية أولوية في مرحلة الألف يوم الأولى، عبر التدخل بشكل متكامل على مستوى المدة، والجودة وظروف القيام بهذه الممارسة. وتستهدف هذه الاستراتيجية الأمهات ومحيطهن، بالإضافة إلى مهنيي الصحة، ضمن مقاربة متكاملة للتعبئة الاجتماعية.

04/ التوصيات الدولية المرتبطة بالرضاعة الطبيعية

توصي منظمة الصحة العالمية واليونيسف باعتماد ما يُعرف بالرضاعة الطبيعية المثالية، التي تقوم على ثلاث مراحل أساسية:

- **البدء المبكر في الرضاعة الطبيعية خلال الساعة الأولى بعد الولادة**، مما يسمح للمولود الجديد من الاستفادة من اللبأ الغني بالأجسام المضادة، ويساهم في بدء إدرار الحليب وبالتالي بداية نجاح الرضاعة الطبيعية؛
- **الرضاعة الطبيعية الحصرية خلال الأشهر الستة الأولى**، دون ماء أو أي سوائل أو أغذية أخرى، وذلك لتغطية كافة الاحتياجات الغذائية وتقوية مناعة الرضيع؛
- **الاستمرار في الرضاعة الطبيعية حتى سن سنتين أو أكثر**، مع إدخال تدريجي لتغذية تكميلية مناسبة بعد إتمام الشهر السادس.

05/ مكانة الرضاعة الطبيعية في الاستراتيجية الوطنية للتواصل من أجل التغيير الاجتماعي والسلوكي 2027-2023

الرضاعة الطبيعية المثالية أحد أهداف الاستراتيجية الوطنية للتواصل من أجل التغيير الاجتماعي والسلوكي

انطلاقاً من أهميتها القصوى وآثارها الحاسمة على صحة الرضيع وعلى رابط الأم والطفل، أولت الاستراتيجية الوطنية للتواصل من أجل التغيير الاجتماعي والسلوكي (2027-2023) للرضاعة الطبيعية المثالية مكانة محورية ضمن أولوياتها وجعلت منها هدفاً استراتيجياً قائماً بذاته. يتمثل هذا الهدف الرئيسي في: **تشجيع ممارسة الرضاعة الطبيعية المثالية وفقاً لتوصيات الصحة العامة**. ويرتكز تحقيق هذا الهدف على تحسين معدلات الرضاعة الطبيعية المثالية من خلال القيام بأنشطة موجهة للتوعية والدعم والمواكبة للأمهات خصوصاً على مستوى الوسط المجتمعي وفي مؤسسات الرعاية الصحية، مع العمل على إزالة العوائق الاجتماعية والاقتصادية والثقافية التي تعيق ممارسة الرضاعة الطبيعية المبكرة والحصرية.

السلوكيات المستهدفة

تحدد الاستراتيجية ثلاثة سلوكيات رئيسية لتحسين ممارسة الرضاعة الطبيعية المثالية في المغرب:

01 البدء المبكر بالرضاعة الطبيعية خلال الساعة الأولى بعد الولادة

حيث يتيح للمولود الاستفادة من اللبأ الغني بالأجسام المضادة، ويساهم في تعزيز رابط الأم بالطفل، وتحفيز إدرار الحليب، والمساعدة على التعافي بعد الولادة.

02 الرضاعة الطبيعية الحصرية خلال الستة أشهر الأولى

ون إعطاء الماء أو أطعمة أو سوائل أخرى لأن حليب الأم يغطي جميع الاحتياجات الغذائية للرضيع ويعزز مناعته.

03 الاستمرار في الرضاعة الطبيعية حتى سن الثانية

مصحوبة بتغذية تكميلية بعد إتمام الشهر السادس، حيث تُطيل الفوائد الغذائية والمناعية، وتدعم النمو الشامل للطفل.

04 الرضاعة الطبيعية عند الطلب

أي إرضاع الطفل بمجرد أن تظهر عليه علامات الجوع، نهائياً ولبلاً ويساعد هذا النهج، الذي تدعمه منظمة الصحة العالمية واليونيسف، في الحفاظ على إدرار الحليب الكافي وتلبية الاحتياجات الغذائية والعاطفية للرضيع.

06/ التحليل السلوكي: العوائق والحلول

تم تحديد الرضاعة الطبيعية المثالية كأولوية في إطار الاستراتيجية الوطنية للتواصل من أجل التغيير الاجتماعي والسلوكي بناءً على فهم دقيق لمحددات ممارسات الرضاعة الطبيعية في المغرب.

وقد سمح هذا النهج بتحديد العوائق الفردية والاجتماعية والبنوية التي تحد من اعتماد الرضاعة الطبيعية الحصرية، على الرغم من التوصيات الدولية. وترتكز هذه المقاربة على عملية منهجية متعددة الأبعاد تشمل: البحث التكويني، والمسوحات الرسمية من وزارة الصحة والحماية الاجتماعية، وورشات عمل تشاركية مع الفاعلين المعنيين، بالإضافة إلى الشهادات النوعية للأمهات.

وقد مكنت من استكشاف التصورات والأعراف الاجتماعية والقيود التنظيمية والحواجز السياقية التي تؤثر في خيارات الرضاعة الطبيعية. وعلى الرغم من ممارسة الرضاعة الطبيعية على نطاق واسع (97% من الأمهات)، فإن الانتقال نحو الممارسة المثالية ما يزال معرقلًا بسلسلة من العوائق المترابطة في كثير من الأحيان، وهو ما يبرزه التحليل السلوكي الذي تم تنفيذه في إطار الاستراتيجية الوطنية للتواصل من أجل التغيير الاجتماعي والسلوكي.

العائق رقم 1: الشعور بنقص الحليب

هذا التصور هو العائق الأكثر شيوعًا. فوفقًا للمسح الوطني حول السكان وصحة الأسرة 2018، يُمثل هذا التصور 35% من حالات الفطام و15% من حالات عدم بدء الرضاعة. وتؤكد الأبحاث النوعية الميدانية هذه الأرقام: 43% من النساء اللواتي توقفن عن الرضاعة الطبيعية الحصرية يرجعن ذلك إلى الكمية المضمونة للحليب، و23% إلى جودته. ويعد نقص المعرفة بأهمية الرضاعة الطبيعية وعلامات الجوع أو الشبع عند الرضيع من بين أهم الأسباب وراء هذا العائق.

العائق رقم 2: التواجد المكثف للحليب الاصطناعي

يُسهّل استخدام الحليب الاصطناعي توفره في مرافق الرعاية الصحية والتسويق المكثف. منذ الاستخدام الأول، تُصبح البدائل حلاً سهلاً، مما يُعزز الحاجز الأولي ويُقلل من احتمالية العودة إلى الرضاعة الطبيعية الحصرية.

العائق رقم 3: الأخذ الجيد للثدي والوضعيات الصحية للرضاعة الطبيعية

تؤثر المشاكل التي قد تواجه الرضاعة الطبيعية منذ البداية (وضعية غير صحيحة، أخذ للثدي غير جيد، آلام، احتقان الثدي) على 15% من الأمهات اللواتي لا يبدأن الرضاعة الطبيعية، وهي سبب لـ 19% من حالات الفطام (المسح الوطني حول السكان وصحة الأسرة 2018). يؤدي عدم معالجة هذه المشاكل إلى تقليل إدراك الحليب والزيادة من الشعور بنقصه.

العائق رقم 4: الحالة الجسدية أو النفسية للأم

يُعدّ التعب والتوتر وآلام ما بعد الولادة أو حتى الاكتئاب من العوائق الرئيسية. ويقدر المسح الوطني حول السكان وصحة الأسرة أن 17% من حالات الفطام و15% من حالات عدم البدء المبكر بالرضاعة الطبيعية مرتبطة بالحالة الجسدية أو النفسية للأم. كما أن الأعراف الاجتماعية، وخاصة العودة السريعة إلى المهام المنزلية أو المهنية، تزيد من تفاقم هذا الوضع.

العائق رقم 5: الإدخال المبكر للماء

الاعتقاد الشائع بأن الرضيع يحتاج إلى الماء قبل بلوغه ستة أشهر يمنع من إنجاح الرضاعة الطبيعية الحصرية. تُظهر الأبحاث النوعية الميدانية أن 86% من المستجوبين يعتقدون أنه ينبغي إدخال الماء قبل بلوغ الطفل ثلاثة أشهر. وتؤدي هذه الممارسة إلى تقليل وتيرة الرضاعات، وانخفاض إدراك الحليب، مما يعرّض الطفل لمخاطر الإصابة بالعدوى.

07/ مجالات التدخل في إطار الاستراتيجية الوطنية للتواصل من أجل التغيير الاجتماعي والسلوكي

لمواجهة هذه التحديات، تعتمد الاستراتيجية الوطنية للتواصل من أجل التغيير الاجتماعي والسلوكي (2023-2027) مقارنة متكاملة، تقوم على عدة روافع عملية تهدف إلى تعزيز ممارسة الرضاعة الطبيعية المثالية. وتجمع هذه المقاربة بين التدخلات الموجهة للسلوكيات الفردية، والأعراف الاجتماعية، والعوامل النظامية، في إطار منطوق يهدف إلى إحداث تحول مستدام.

01 تعزيز التواصل الشخصي والجماعي. تم تنظيم حملات وطنية للتوعية، من بينها حملة يونيو 2023، بهدف التحسيس بفوائد الرضاعة الطبيعية بين عامة الناس. وبالموازاة مع ذلك، تم تطوير أدوات بيداغوجية (بطائق النصائح ووسائل بصرية) وتوزيعها خلال جلسات التوعية الجماعية والأنشطة المجتمعية في المراكز الصحية، ودار الأمومة والجمعيات، وكذلك في المساجد عبر خطب الجمعة. وتهدف هذه المبادرات إلى تسهيل الحوار بين الأمهات ومهنيي الصحة والوسطاء الجماعيين، خصوصًا في المناطق التي تعاني من ضعف في الإقبال على خدمات الرعاية الصحية.

02 تعبئة مهنيي الصحة والوسطاء الجماعيين. تم تطوير دورة تدريبية عبر الإنترنت (MOOC) بمشاركة مع وزارة الصحة والحماية الاجتماعية، من أجل تعزيز مهارات التواصل بين مهنيي الصحة والوسطاء الجماعيين. وتشمل هذه الدورة التدريبية وحدات خاصة بالرضاعة الطبيعية، تركز بالأساس على أهمية البدء المبكر بالرضاعة الطبيعية، وتقديم نصائح عملية لضمان رضاعة طبيعية مثالية ومستمرة، وكذا الوضعيات الصحيحة للرضاعة الطبيعية والأخذ الجيد للثدي. تهدف هذه الدورة التدريبية إلى تزويد مهنيي الصحة والوسطاء الجماعيين بالتقنيات والمعارف الضرورية لمواكبة الأمهات ودعمهن بشكل فعال، وذلك طيلة الألف يوم الأولى.

03 تهيئة بيئة تنظيمية ومؤسسية داعمة. تعمل الاستراتيجية على تعزيز اعتماد المدونة الدولية لتسويق الحليب الاصطناعي (الصادرة عن منظمة الصحة العالمية) داخل المؤسسات الصحية وتشجيع تفعيلها. كما تدعم توسيع مبادرة المستشفيات الصديقة للأطفال (IHAB)، التي تشجع الرضاعة الطبيعية وتضع العلاقة بين الأم ورضيعها في صلب الاهتمام. وإلى جانب ذلك، تُدمج الرسائل الأساسية والأولويات السلوكية للاستراتيجية تدريجياً في المخططات الجهوية للتغذية، بتنسيق مع المديريات الجهوية لوزارة الصحة والحماية الاجتماعية.

08/ خاتمة/دعوة للعمل

إن تشجيع ودعم الرضاعة الطبيعية يُعد استثماراً طويل الأمد في صحة الأمهات والأطفال وفي تنمية الرأس المال البشري للبلاد، وهو كذلك مسؤولية جماعية تتطلب انخراطاً فعالاً من طرف جميع الفاعلين. من أجل ذلك، تدعو وزارة الصحة والحماية الاجتماعية كافة الأسر، ومهنيي الصحة، والوسطاء الاجتماعيين، والمجتمع المدني، ووسائل الإعلام، إلى الالتزام والمساهمة في تحقيق أهداف هذه الحملة الوطنية كل من موقعه، وخلق بيئة داعمة تضمن لكل طفل مغربي حقه في بداية حياة صحية ومثالية.