

***MAADHIMISHO YA WIKI YA UNYONYESHAJI
KWA MWAKA 2018 DUNIANI***

***KAULI MBIU: “UNYONYESHAJI WA, MAZIWA YA
MAMA NI MSINGI WA MAISHA YA MTOTO”***

TAREHE: 1 - 7 AUGUST 2018

MAHALI: HOSPITALI YA WILAYA MPWAPWA

Mhe. Mkuu wa Wilaya ya Mpwapwa;

Ifuatao ni hutuba fupi ya maadhimisho ya wiki ya unyonyeshaji Tanzania kwa mwaka 2018. UNYONYESHaji ni msingi wa maisha ya mtoto, kunyonyesha maziwa ya mama ni tendo la kumpa mtoto maziwa kutoka katika titi la mama moja kwa moja au kumnywesha mtoto maziwa ya mama yaliyokamuliwa kwa kutumia kikombe.

Maziwa ya mama ni chakula na kinywaji pekee kinachotosheleza mahitaji ya mtoto tangu anapozaliwa mpaka anapotimiza umri wa miezi 6. Unyonyeshaji ni suluisho linalojenga msingi wa usawa, kwa kumpatia kila mtu fursa bora ya kuanza maisha vilevile huboresha afya, maisha na uhai kwa mwanawake na mtoto duniani kote.

Mhe. Mkuu wa Wilaya ya Mpwapwa;

Malengo ya wiki ya unyonyeshaji duniani kwa mwaka 2018 ni kama yafuatayo;

Kuitaarifu- Jamii uhusiano uliopo kati ya Lishe bora, uhakika wa chakula, kupunguza umasikini na unyonyeshaji.

Kusisitiza- Unyonyeshaji ni msingi wa maisha.

Kushirikisha – Watu binafsi, asasi za kiraia zikiwemo taasisi za dini, mashirika yasiyo ya kiserikali, na wadau wengine ili kuleta Matokeo mazuri.

Kuimarisha – Hatua za kuhamasisha unyonyeshaji kwa lengo la kujenga jamii yenye lishe bora, uhakika wa chakula na kupunguza umasikini.

Mhe. Mkuu wa Wilaya ya Mpwapwa;

Ujenzi wa Dunia endelevu na yenye usawa unaanza kwenye juhudi za kutokomeza umasikini, kulinda dunia yenyewe na kuhakikisha ustawi wa watu wote. Utapiamlo, kukosekana kwa uhakika wa chakula na umasikini ni matatizo yanayowaathiri mamilioni ya watu na yote hayo ni vikwazo kwa maendeleo endelevu. Unyonyeshaji ni suluhisho kuu linalompatia kila mtoto fursa bora yenye usawa ya kuanza maisha na hujenga msingi wa afya bora, na uhai wa Watoto na wanawake.

Mhe. Mkuu wa Wilaya ya Mpwapwa;

Maziwa ya mama yametengenezwa kwa viwango sahihi kwa ajili ya kukidhi mahitaji ya kilishe na kingamwili kwa mtoto. Unyonyeshaji ni njia asilia ya ulishaji mtoto. Zifuatazo ni faida azipatazo mtoto anapopatiwa maziwa ya mama;

- huimarisha uhusiano baina ya mama na mtoto,
- humpatia virutubishi vyote kwa uwiano sahihi kwa ukuuaji na maendeleo yake,
- Humpatia kinga dhidi ya maradhi mbalimbali kama kuharisha, magonjwa ya njia ya hewa ,
- Huyeyushwa kwa urahisi na kufyonzwa na mwili kwa ufanisi ,
- Humpatia uwezo mtoto kufikiri kwa haraka na kuchanganua mambo awapo darasani,
- Humpatia mtoto uwezo wa kutosahau mara kwa mara.

Kwa upande wa mama anayenyonyesha

- Husaidia tumbo la uzazi kurudi katika hali yake ya kawaida mapema,
- Huzuia uwezekano wa kuwa na upungufu wa damu ,
- Huzuia uwezekano wa kupata ujauzito katika miezi 6 ya mwanzo ,
- Hupunguza uwezekano wa kupata saratani ya ovari na matiti ,
- Hujenga uhusiano mzuri na wa karibu kati ya mama na mtoto,
- Humsaidia mama kurudia umbile lake la kawaida mapema ,
- Ni safi na salama, hupatikana muda wote katika joto sahihi na hayahitaji matayarisho,
- Hayaharibiki yakiwa ndani ya matiti; hukaa saa 6 hadi 8 bila kuharibika katika joto la kawaida na saa 24 kwenye jokofu la kawaida na saa 72 katika jokofu la kugandisha,
- Gharama yake ni ndogo ukilinganisha na maziwa mbadala ,
- Huokoa fedha za kigeni (dawa na maziwa mbadala),
- Huokoa muda wa mama na fedha za familia,
- Hayaleti matatizo ya mzio (allergy),
- Hutunza mazingira kwani hayaachi mabaki kama makopo au chupa,

Ingawa takwimu kutoka maeneo yote duniani zinaonesha kuwa kiwango cha Watoto wanaoanzishiwa kunyonya maziwa ya mama

kwa wakati sahihi vipo juu, asilimia 40 tu ya Watoto wote wenye umri chini ya miezi sita hunyonyeshwa maziwa ya mama pekee bila kupewa maji, vinywaji au vyakula vingine na asilimia 45 tu huendelea kunyonyeshwa maziwa ya mama hadi wanapofikisha umri wa miaka miwili.

Mhe. Mkuu wa Wilaya ya Mpwapwa;

Aidha kuna mapendekezo ya unyonyeshaji unaofaa kwa mtoto kama ifuatavyo;

- Mtoto aanze kunyonya maziwa ya mama mara tu baada ya kuzaliwa katika saa moja ya kwanza,
- Mtoto anyonyeshwe kila anapohitaji, usiku na mchana,
- Mtoto anyonyeshwe maziwa ya mama pekee bila hata maji mpaka atakapotimiza umri wa miezi 6,
- Mtoto anzishiwe chakula cha nyongeza anapotimiza miezi 6,
- Mtoto aendee kunyonyeshwa pamoja na kupewa chakula cha nyongeza mpaka atimize umri wa miaka 2 au zaidi. Vyakula hivyo vitokane na mchanganyiko kutoka katika makundi matano ya vyakula vinavyotengeneza mlo kamili. Makundi hayo ni :
 - Vyakula vya asili ya nafaka, mizizi na ndizi zisizoiva
 - Vyakula vya asili ya wanyama na mikunde
 - Mbogamboga
 - Matunda
 - Mafuta, sukari na asali (kwa kiasi kidogo)

Mhe. Mkuu wa Wilaya ya Mpwapwa;

Zaidi ya hayo, kuna tofauti kubwa ya viwango vya ubora wa unyonyeshaji katika maeneo mbalimbali duniani, nchi moja na nyingine na hata kati ya mkoa mmoja na mwingine ndani ya nchi. Iwapo idadi ya watoto wanaonyonyeshwa maziwa ya mama kwa kufuata taratibu sahihi za unyonyeshaji itaongezeka, dunia inaweza kuokoa vifo vya watoto wapatao **823,000** na vifo **20,000** vya wanawake vinavyotokana na uzazi kila mwaka. Pia, kutonyonyesha watoto maziwa ya mama kunapunguza uwezo wa kiakili wa watoto na kusababisha hasara kiuchumi ambapo dunia hupoteza dola za kimarekani **302** bilioni kila mwaka.

Mhe. Mkuu wa Wilaya ya Mpwapwa;

Kuna vikwazo vingi vinavyoathiri mazingira yanayoweza wanawake kunyonyesha watoto wao. Baadhi ya vikwazo hivyo ni pamoja na upatikanaji usiotosheleza wa huduma bora za afya na lische hususani katika ngazi ya jamii, wanawake wanaonyosha kukosa msaada ngazi ya familia, jamii na mahala pa kazi, na hata baadhi ya waajiri kutozingatia sheria za kazi zinazolenga kuwawezesha wanawake kuwanyonyesha na kuwalisha watoto wao. Sababu nyingine ni wafanya biashara ya maziwa na vyakula mbadala vya watoto wachanga na wadogo kutozingatia Sheria za nchi hususani kanuni zinazosimamia usambazaji na uuzaji wa vyakula hivyo katika nchi yetu.

Mhe. Mkuu wa Wilaya ya Mpwapwa;

Kutokana na changamoto hizi, juhudi za pamoja zinahitajika ili kuweza kufikia lengo la Baraza la Afya Duniani. Lengo hilo ni kufikia angalau asilimia 50 ya watoto wanaonyonyeshwa maziwa ya mama pekee bila kupewa maji, vinywaji au vyakula vingine ifikapo mwaka 2025.

Mhe. Mkuu wa Wilaya ya Mpwapwa;

Nchini Tanzania kwa ujumla asilimia 59 ya watoto wenye umri chini ya miaka mitano hunyonyeshwa maziwa ya mama pekee. Hata hivyo, Nchini Tanzania bado tunapaswa kupiga hatua kuelekea lengo hili kwani tukiangalia umri wa watoto, takwimu zetu bado zinaonesha kuwa kuna idadi kubwa ya watoto wenye umri chini ya miezi sita wasiononyeshwa maziwa ya mama pekee. Takwimu zinaonesha asilimia 16 ya Watoto wenye umri wa miezi 0 hadi 1 wamepewa maji, vinywaji au vyakula vingine. Kiwango cha watoto wanaopewa maji, vinywaji au vyakula vingine kabla ya kutimiza umri wa miezi sita huongezeka kadri watoto wanavyoongezeka umri ambapo viwango hivyo hufikia asilimia 41 kwa watoto wenye umri wa miezi 2 hadi 3 na asilimia 73 kwa watoto wenye umri wa miezi 4 hadi 5.

Mhe. Mkuu wa Wilaya ya Mpwapwa;

Wiki ya unyonyeshaji Duniani kwa mwaka 2018 inalenga;

- 1. Kuzuia aina zote za Utapiamlo** ambazo ni upungufu wa virutubishi mwilini (Ukondefu) na matatizo ya kuzidi kwa virutubishi mwilini (kwa mfano Uzito uliozidi) pamoja na magonjwa sugu yasiyo ya kuambukiza yenye mahusiano na ulaji na mitindo ya maisha. Kuwepo kwa aina mbili hizi mbili za Utapiamlo kwa pamoja katika nchi yetu kunaleta athari za kiafya, kiuchumi na kijamii za muda mfupi na za muda mrefu, sio tu kwa waathirika, bali kwa familia zao, jamii na taifa kwa ujumla.
- 2. Kuhakikisha kuwepo na uhakika wa chakula hata wakati yanapotokea majanga,** kuwepo kwa hali nzuri ya upatikanaji endelevu wa chakula kwa watu wote na wakati wote.
- 3. Kuvunja mzunguko wa umasikini,** Umasikini unachangiwa na masuala mbali mbali ikiwepo njaa na Utapiamlo. Njaa usababisha hali ya kiuchumi ya familia kuporomoka na kuifanya ikwame katika mzunguko wa umasikini.

Mhe. Mkuu wa Wilaya ya Mpwapwa;

Mwisho namalizia kwa kusema kuwa unyonyeshaji watoto maziwa ya mama huzuia aina zote za Utapiamlo, uhakikisha uhakika wa chakula kwa watoto wachanga na wadogo, na hivyo husaidia kuondoa watu na taifa kiujumla katika mzunguko wa njaa na umasikini. Kwa hiyo unyonyeshaji ni msingi wa maisha. Kulinda, kuhamasisha na kusaidia wanawake waweze kunyonyesha watoto wao ni jambo lenye umuhimu katika kujenga dunia na Tanzania endelevu.

ASANTENI