

Hưởng ứng Tuần lễ thế giới nuôi con bằng sữa mẹ

1. Tuần lễ Nuôi con bằng sữa mẹ (từ 1/8 đến 7/8 hàng năm)



Ảnh minh họa

Tuần lễ Thế giới Nuôi con bằng sữa mẹ (World Breastfeeding Week) được phát động bởi Liên minh Thế giới Hành động vì Nuôi con bằng sữa mẹ (WABA) từ năm 1992, sẽ diễn ra từ ngày 1/8 đến 7/8 hàng năm. Đây là một hoạt động thường niên nhằm khuyến khích sự chung tay hỗ trợ của toàn xã hội để mọi trẻ em đều có cơ hội hưởng nguồn dinh dưỡng không thể thay thế từ sữa mẹ. Sau 33 năm triển khai, Tuần lễ Nuôi con bằng sữa mẹ đã trở thành một sự kiện quan trọng tại nhiều quốc gia và vùng lãnh thổ trong đó có Việt Nam, với các hoạt động hưởng ứng đa dạng trên toàn thế giới.

Năm 2026, Tuần lễ Thế giới Nuôi con bằng sữa mẹ sẽ tập trung vào chủ đề Khởi đầu bền vững: Phát huy những thực hành tốt sẵn có. Nuôi con bằng sữa mẹ không chỉ có vai trò thiết yếu với sức khỏe của trẻ và mẹ, mà còn đóng góp tạo ra một môi trường bền vững và giúp giảm các tác động tiêu cực của biến đổi khí hậu.

2. Chủ đề Tuần lễ Nuôi con bằng sữa mẹ năm 2026: Khởi đầu bền vững: Phát huy những thực hành tốt sẵn có

3. Thông tin hỗ trợ về các thông điệp của thế giới nhân Tuần lễ Nuôi con bằng sữa mẹ năm 2026

- Nếu mỗi người mẹ có con dưới 6 tháng tuổi nuôi con bằng sữa mẹ hoàn toàn thêm một tháng, tác động môi trường của việc này có thể tương đương với việc trồng thêm 300,000 cây xanh! - Việc sản xuất và tiêu thụ sữa công thức làm tăng phát thải khí nhà kính và tiêu tốn một lượng nước khổng lồ.

- Việc sản xuất và tiêu thụ sữa công thức cho trẻ dưới 6 tháng tại các quốc gia thu nhập thấp và trung bình có thể phát thải tới 7,5 tỷ kg CO₂ - tương đương với lượng phát thải của một chiếc xe hơi chạy quãng đường 30 tỷ km, gấp gần 200 lần khoảng cách từ Trái đất đến Mặt trời.

- Bạn có biết: Việc sản xuất và tiêu thụ sữa công thức cho trẻ dưới 6 tháng tại các quốc gia thu nhập thấp và trung bình tiêu tốn tới 2,6 tỷ mét khối nước - tương đương hơn một triệu bể bơi Olympic

- Chỉ riêng tại các quốc gia thu nhập thấp và trung bình, việc sản xuất và sử dụng sữa công thức cho trẻ dưới sáu tháng tuổi tạo ra lượng khí thải nhà kính tương đương với phát thải từ hai triệu chiếc ô tô hoặc phát thải mà 318 triệu cây xanh có thể hấp thụ trong một năm.

- Nuôi con bằng sữa mẹ không chỉ tốt cho sức khỏe của trẻ và mẹ và bé, mà còn khiến môi trường xanh thêm! Hãy ủng hộ các chính sách công nhận sữa mẹ như một hình thức bù đắp carbon.

- Bạn có biết: Nuôi con bằng sữa mẹ không chỉ bảo vệ sức khỏe trẻ em, quyền của phụ nữ, mà còn giúp giảm phát thải khí nhà kính. Đã đến lúc ưu tiên các chính sách hỗ trợ và thúc đẩy nuôi con bằng sữa mẹ.

- Sữa mẹ là nguồn dinh dưỡng đầy đủ và hoàn hảo nhất cho trẻ, có nhiều kháng thể giúp phòng ngừa các bệnh nhiễm khuẩn, bảo đảm sự phát triển toàn diện về thể chất lẫn tinh thần của trẻ.

- Cho trẻ bú sớm trong vòng 1 giờ đầu sau sinh giúp tử cung mẹ co hồi tốt làm giảm chảy máu sau sinh.

- Cho trẻ bú mẹ thường xuyên giúp bảo vệ sức khỏe mẹ, hạn chế tình trạng cương tức vú và phòng ngừa ung thư vú.

- Cho trẻ bú mẹ giúp tăng cường tình cảm mẹ con.

- Nuôi con bằng sữa mẹ mang lại lợi ích kinh tế cao. Vì sữa mẹ là nguồn tài nguyên có thể tái tạo và không gây ô nhiễm môi trường.

- Sử dụng sữa công thức phải tiêu tốn nhiên liệu để sản xuất và vật liệu để đóng gói đã góp phần đáng kể trong việc gây suy thoái môi trường và biến đổi khí hậu bởi các khí thải trong quá trình sản xuất.

- Vì vậy, cần cho trẻ bú mẹ hoàn toàn trong 6 tháng đầu và tiếp tục nuôi con bằng sữa mẹ kéo dài đến 24 tháng hoặc lâu hơn, cộng đồng và xã hội hãy chung tay "Hỗ trợ nuôi con bằng sữa mẹ - Vì một trái đất mạnh khỏe hơn"

CÁC THÔNG điệp HƯỞNG ỨNG TUẦN LỄ THẾ GIỚI NUÔI CON BẰNG SỮA MẸ NĂM 2026

1) Chung tay hỗ trợ nuôi con bằng sữa mẹ - Nguồn dinh dưỡng và "vắc-xin tự nhiên" hoàn hảo cho trẻ.

2) Nuôi con bằng sữa mẹ sớm từ khi sinh để trẻ phát triển toàn diện.

3) Các cấp, các ngành chung sức hỗ trợ người mẹ nuôi con bằng sữa mẹ thành công.

4) Nuôi con bằng sữa mẹ - Giải pháp dinh dưỡng hiệu quả, tiết kiệm và bền vững cho tương lai.

5) Hỗ trợ nuôi con bằng sữa mẹ là trách nhiệm của toàn xã hội.

6) Đảm bảo sinh kế và bảo vệ thai sản để duy trì nguồn sữa mẹ.

7) Hưởng ứng Tuần lễ thế giới nuôi con bằng sữa mẹ năm 2026 “Khởi đầu bền vững: Phát huy những thực hành tốt sẵn có”.

7 nguyên tắc nuôi con bằng sữa mẹ

Nuôi con bằng sữa mẹ là một quá trình mà mỗi bà mẹ cần học hỏi, nắm vững những nguyên tắc cần thiết nhất.

Trẻ **bú càng sớm càng tốt** ngay sau khi sinh (trong 1 giờ đầu)



Cho trẻ **bú theo nhu cầu** bất kể ngày đêm



Thời gian mỗi bữa bú **15-20 phút**



Bú hết một bên vú rồi mới chuyển sang bên kia để đảm bảo trẻ được bú cả sữa đầu và sữa cuối



Bú hoàn toàn trong vòng 6 tháng đầu, không cần ăn thêm bất kỳ thức ăn đồ uống nào khác



Khi mẹ bị bệnh, trẻ ốm, trẻ không tự bú được thì nên **vắt sữa** và cho trẻ **ăn bằng thìa**



Nên **cai sữa** khi trẻ **≥ 24 tháng**



Nguồn: Bệnh viện Nhi trung ương