

Des idées pour agir

Pour promouvoir la santé des femmes :

- Etablir et/ou promouvoir des programmes qui améliorent la santé physique et psychologique des fillettes et des femmes, incluant la qualité nutritionnelle, la prévention et l'arrêt du tabagisme, des activités physiques, l'éducation et la planification familiale.
- Permettre aux femmes qui souffrent de maladies aiguës ou chroniques comme la tuberculose, l'hépatite C, le VIH/SIDA, l'accoutumance à des drogues, de recevoir des soins de santé humains.
- Organiser un séminaire sur les meilleures pratiques de l'accouchement, l'allaitement et la santé des femmes en direction des familles, des professionnels de santé, des organismes financeurs (assurances et gouvernement) et des personnalités du monde politique et institutionnel.
- Collecter des informations sur les manques, l'adéquation et les éléments positifs de la protection, du soutien et de la promotion de l'allaitement et de la santé des femmes dans votre communauté. Cela peut concerner les établissements de santé, les lieux de travail, les groupes communautaires. Récompensez ceux qui développent les meilleures pratiques.

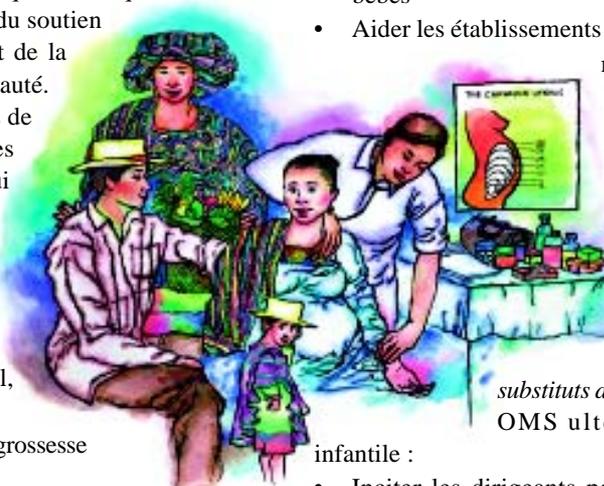
Pour favoriser des pratiques de naissance humaines :

- Collectez des informations sur la santé périnatale des femmes au niveau local, régional, ou national :
 - Les plus importants obstacles à une grossesse en bonne santé
 - Les éléments déterminants pour bénéficier d'un accouchement sûr en étant bien informée.
- Organisez-vous dans votre communauté pour demander l'amélioration des soins en maternité :
 - Accès aux soins de santé et aux services sociaux
 - Séances de préparation à la naissance basées sur des informations factuelles qui informent sur la façon de gérer la douleur durant les contractions
 - Séances d'information pour les nouveaux parents sur les soins du bébé et l'allaitement
 - Style de vie sain pour la famille
 - Des méthodes d'espacement des naissances acceptables et efficaces.
- Interrogez les établissements de soin et les centres de santé locaux sur les pratiques de leur services en prénatal, en salle d'accouchement et en suites de couches. Suggérez des changements pour humaniser les soins mère-bébé, pour améliorer la satisfaction des patients et économiser des ressources et de l'argent (voir *Soins durant la naissance normale* et *Accompagnement de l'allaitement durant les 14 premiers jours*).
- Encouragez les programmes de formation pour les professionnels qui accompagnent la naissance, les doulas et autres soutiens.
- Revoir les standards sanitaires, les protocoles et les règlements qui concernent la naissance et les soins aux nouveau-nés ; collaborez avec les médecins, les législateurs et les officiels pour modifier les procédures durant la naissance et le post-

partum qui peuvent interférer avec l'attachement mère-enfant et l'allaitement maternel.

Pour promouvoir l'allaitement :

- Intégrer l'allaitement maternel comme une composante importante dans les initiatives en faveur de la maternité ou dans les programmes pour la santé des nourrissons au niveau local, régional et national.
- Promouvoir ou organiser des séances d'information et de soutien à l'allaitement maternel et autres programmes dans votre communauté.
- Créer des comités d'allaitement ou des coordinations de groupes à un niveau local, régional et national.
- Renforcer l'Initiative Hôpital « Ami des Bébé » :
 - Encourager les établissements locaux à devenir "Ami des bébés"
 - Aider les établissements qui sont déjà "Ami des bébés" à maintenir leur qualité et leurs bonnes pratiques
 - Elargir les critères de l'IHAB pour inclure les soins de naissance et autres soins dans les milieux à forte prévalence pour le VIH.
- Agir pour la mise en oeuvre du *Code International de commercialisation des substituts du lait maternel* et des Résolutions OMS ultérieures sur l'alimentation



infantile :

- Inciter les dirigeants politiques et les administrations hospitalières à utiliser le Code pour développer des lois, des réglementations et des agréments contractuels
- Eduquer vos collègues et les membres de votre communauté sur le Code, sur la façon dont il est violé et sur l'impact que cela peut avoir sur les familles de votre communauté. Encouragez-les à suivre le Code.

Pour développer un environnement amical pour les mères :

- Recensez les ressources locales et les services de soins postnataux ou sociaux, comme des visites à domicile, des programmes alimentaires, des centres de planification familiale, des groupes de soutien de mères à mères. Informez vos collègues et les mères de ces ressources.
- Soutenir le développement ou la création de groupes de soutien de mères à mères dans votre communauté locale.
- Travaillez à faire appliquer la nouvelle Convention de Protection de la Maternité n°183 et sa Recommandation n°95 (OIT) dans votre pays, et à mettre en oeuvre ses dispositions de façon volontaire sur les lieux de travail. Pour des idées d'actions spécifiques, visiter les pages web de WABA à propos de la campagne OIT : www.waba.org.br/actilo.htm
 - Connaître les lois et les politiques sur les congés de maternité et les conditions de travail des mères dans les secteurs formels et informels
 - Identifier les ressources et les services pour la garde des enfants comme les crèches d'entreprise.
- Rejoindre et soutenir l'Initiative GIMS et agir localement.