

IDEAS PARA LA ACCIÓN

Para promover la salud de las mujeres:

- Establecer y/o promover programas que mejoren la salud física y emocional de las niñas y las mujeres, incluyendo la nutrición de calidad, el evitar o cesar de fumar, la actividad física, la educación formal y la planificación familiar.
- Ayudar a las mujeres con enfermedades crónicas como tuberculosis, hepatitis C, VIH, y adicción a las drogas a recibir atención humanista.
- Organizar un seminario sobre "las mejores prácticas" de embarazo, parto, lactancia materna y salud de la mujer para las familias, el personal de salud, el personal de seguros y gobiernos, autoridades y políticos.
- Recoger información sobre las insuficiencias, la idoneidad y la superioridad de la lactancia materna y sobre la protección, promoción y apoyo a la salud de las mujeres en su comunidad. Esto puede incluir clínicas de salud, lugares de trabajo, hospitales y agrupaciones comunitarias.
- Premiar a quienes desarrollan las mejores prácticas.

Para promover prácticas de parto humanistas y apropiadas:

- Recoja información sobre la salud perinatal de las mujeres, en su propia comunidad y en el país:
 - Principales obstáculos para un embarazo saludable.
 - Aspectos importantes de experiencias de parto seguro e informado.
- Organice a las familias en su comunidad para que demanden mejoras en los sistemas de maternidad:
 - Acceso a cuidado de la salud y a servicios sociales.
 - Educación sobre el parto basada en información práctica sobre cómo desarrollar la labor de parto.
 - Clases para las nuevas madres y sus acompañantes sobre cuidado infantil y lactancia materna.
 - Mejores estilos de vida saludable para la familia.
 - Métodos de espaciamiento de embarazos, efectivos y aceptables.
- Pregunte a los hospitales locales y al personal de salud a respecto de los servicios de calidad prenatales, de parto y post-parto. Sugiera cambios que puedan humanizar la atención materno infantil, mejorar la satisfacción de las pacientes y ahorrar dinero y recursos. (Para eso, puede Ud. referirse a la publicación "Care in Normal Birth and Evidence-Based Guidelines for Breastfeeding Management During the First Fourteen Days".)
- Promueva programas de capacitación para quienes atiendan los partos, parteras y otros recursos humanos de apoyo al parto.
- Analice los estándares de salud, las políticas y leyes concernientes al parto y al cuidado del recién nacido y, de ser necesario, proponga actualizarlos; colabore con el personal de salud, con legisladores y con funcionarios para cambiar los procedimientos y las normas de parto y post-parto que interfieren con el apego precoz de la madre y su bebé y con la lactancia materna.



Para promover la lactancia materna:

- Incluya la lactancia materna como un gran componente de las iniciativas de maternidad segura y de otros programas materno-infantiles locales, regionales y nacionales.
- Ofrezca y promueva clases de apoyo a la lactancia materna y programas de extensión comunitarios.
- Forme comités de apoyo a la lactancia materna y grupos coordinadores locales, regionales y nacionales.
- Fortalezca la Iniciativa Hospitales Amigos del Niño (IHAN):
 - Impulse a los hospitales para que se conviertan en Amigos del Niño.
 - Ayude a los hospitales que ya tienen certificado de Amigos del Niño a mantener su calidad y sus prácticas basadas en evidencia.
 - Amplíe los criterios de la IHAN para que incluyan prácticas de nacimiento y cuidados específicos para las madres con VIH.
- Dé su apoyo al Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna y las resoluciones subsiguientes de la Asamblea Mundial de la Salud sobre alimentación infantil:
 - Exija a los gobiernos y administraciones de hospitales que apliquen el Código y elaboren leyes, reglamentos y acuerdos contractuales acordes con él.
 - Explique a sus colegas y comunidades el Código, lo que es una violación del Código y cómo esto impacta a las familias en su comunidad. Exija que se respete el Código.

Para fomentar un ambiente de apoyo a las madres:

- Averigüe los recursos locales y servicios para la atención postnatal médica y social que ya existen, tales como visitas al hogar, programas alimentarios, planificación familiar y apoyo madre a madre.
- Divulgue esta información a colegas y madres.
- Estimule la creación y el mantenimiento de grupos de apoyo madre a madre.
- Presione a las autoridades para que se ponga en práctica la nueva Convención OIT No.183 de Protección a la Maternidad y la Recomendación No.95 y luche para que los empleadores apliquen sus disposiciones voluntariamente. Para ideas específicas de acción, visite la página web de WABA sobre la campaña OIT: <http://www.waba.org.br/actilo.htm>
 - Conozca y defienda las leyes y políticas de protección a la maternidad y las condiciones de trabajo en el sector formal e informal.
 - Averigüe los recursos y servicios de guardería de niños en los lugares de trabajo.
- Adhiera a la iniciativa GIMS y actúe localmente.