

இந்தியா: உலக தாய்ப்பால் கொடுக்கும்

வாரம் [1-7 ஆகஸ்ட்]

# ஆரோக்கியமான இந்தியாவில் தாய்ப்பால் கொடுப்பதை ஆதரிப்போம்

கோவிட் -19 என்பது தாய்ப்பால் கொடுப்பதில்

நடவடிக்கை எடுக்க ஒரு

வாய்ப்பாகும்



## உலக தாய்ப்பால் வாரத்தின் நோக்கங்கள் 2020:

- சுற்றுச்சூழலில் தாய்ப்பால் கொடுக்கும் பழக்கவழக்கங்களின் நிர்ணயிக்கும் விளைவுகள் மற்றும் தாய்ப்பால் கொடுக்கும் சூழலின் பாதுகாப்பு பங்கு பற்றிய விழிப்புணர்வையும் செயலையும் உருவாக்குதல்.
- தாய்ப்பாலூட்டலின் பாதுகாப்பு, ஊக்குவிப்பு மற்றும் ஆதரவை மேம்படுத்துவதற்காக பல்வேறு மாநிலங்களில் குழுக்களை அழைப்பது, குறிப்பாக குழந்தைகளுக்கு உணவளிக்கும் பாட்டில்கள் மற்றும் குழந்தை உணவு சட்டம் 1992 மற்றும் திருத்தச் சட்டம் 2003.

## அறிமுகம்

உலக சுகாதார அமைப்பு குழந்தைகளுக்கும் சிறு குழந்தைகளுக்கும் ஆரோக்கியமான உணவை பரிந்துரைக்கிறது; இது வாழ்க்கையின் முதல் 6 மாதங்களில் பிரத்தியேகமாக தாய்ப்பால் கொடுப்பது, 2 வருடங்கள் மற்றும் அதற்கு அப்பால் கட்டுப்படுத்தப்பட்ட தாய்ப்பால், பலவிதமான போதுமான, பாதுகாப்பான மற்றும் அதற்கும் அப்பாற்பட்டது, 6 மாத வயதிற்குப் பிறகு பலவிதமான போதுமான, பாதுகாப்பான மற்றும் ஊட்டச்சத்து அடர்த்தியான உணவுகளுடன் . WHO இன் கூற்றுப்படி: குழந்தைகளின் வாழ்க்கையின் முதல் கொடுப்பது. 2 ஆண்டுகளில், உகந்த ஊட்டச்சத்து ஆரோக்கியமான வளர்ச்சியை ஊக்குவிக்கிறது மற்றும் அறிவாற்றல் வளர்ச்சியை மேம்படுத்துகிறது. இது அதிக எடை அல்லது உடல் பருமனாக மாறும் அபாயத்தையும் குறைக்கிறது. தாய்ப்பால் கொடுப்பது காலநிலை நட்பு மற்றும் சுற்றுச்சூழல் நிலையான உணவு முறையாகும், ஏனெனில் இது நமது கிரகங்கள் இயற்கை வளங்களை

அல்லது மூலப்பொருட்களைப் பயமுறுத்துவதில்லை. இது உண்மையில் சுற்றுச்சூழலைப் பாதுகாக்கிறது மற்றும் கழிவு மற்றும் மாசுபாட்டின் மூலத்தை நீக்குகிறது. கடந்த சில ஆண்டுகளாக விஞ்ஞான இலக்கியங்கள் குழந்தையின் ஆரோக்கியத்திற்கும் கிரகத்தின் ஆரோக்கியத்திற்கும் தாய்ப்பால் கொடுக்கும் பங்கில் வளர்ந்துள்ளன. உற்பத்தி, பேக்கேஜிங், விநியோகம், சந்தைப்படுத்தல் மற்றும் பயன்பாடு ஆகியவற்றின் பல்வேறு கட்டங்களில் கணிசமான பசுமை இல்லா. வாயுக்களை உருவாக்கும் தீவிர செயலாக்க உணவுகள் மார்பக மாற்றீடுகள். பி.எம்.எஸ் தொழில்துறை ரீதியாக தயாரிக்கப்படுகிறது மற்றும் உணவுத் தொழில் தாய்ப்பாலூட்டுவதை மாற்றுவதற்கு எல்லாவற்றையும் செய்கிறது, இது காலநிலை மாற்றத்தின் தற்போதைய சுமையைச் சேர்க்கிறது. பி.எம்.எஸ் பயன்பாடு பாட்டில்கள் மற்றும் டீட்ஸ், டின்காண்டெய்னர்கள் மற்றும் விளம்பரப் பொருட்கள் வடிவில் கழிவுகளை உருவாக்குகிறது, இது அகற்றப்பட வேண்டும்.

தாய்ப்பால் கொடுப்பதன் மூலம் எண்ணற்ற நன்மைகள் மற்றும் தாய்ப்பால் மாற்றுகளைப் பயன்படுத்துவதன் தீமைகள் இருந்தபோதிலும், குழந்தை பாலின் அளவு வேகமாக அதிகரித்து வருகிறது. தாய்ப்பால் கொடுப்பதை ஆதரிக்கும் கொள்கைகள் மற்றும் திட்டங்களை பலவீனமாக செயல்படுத்துவதன் மூலம் இது பெரும்பாலும் இயக்கப்படுகிறது. வணிக குழந்தை உணவுகளை விற்பனை செய்வதை ஒழுங்குபடுத்தும்போது அரசாங்கத்தின் நடவடிக்கை பின்தங்கியிருக்கிறது. வணிக குழந்தை உணவுகளை விற்பனை செய்வதை ஒழுங்குபடுத்தும் போது அரசாங்கத்தின் நடவடிக்கை பின்தங்கியிருக்கிறது. மார்பக மாற்று மாற்றீடுகளின் சர்வதேச சந்தைப்படுத்தல் குறியீடு குறித்த சமீபத்திய உலகளாவிய

அறிக்கையின்படி, 194 நாடுகளில் 25 நாடுகள் மட்டுமே ஒரு தேசிய சட்டத்தை இயற்றியுள்ளன, இது கணிசமாக குறியீட்டோடு ஒத்துப்போகிறது. 2018 மற்றும் 2025 க்கு இடையில் 10% க்கும் அதிகமான கூட்டு வருடாந்திர வளர்ச்சி விகிதம் (சிஏஜிஆர்) எதிர்பார்க்கப்படும் தாய்ப்பால் மாற்றுகளின் உலகளாவிய விற்பனை 2018 ஆம் ஆண்டில் 61.2 பில்லியன் அமெரிக்க டாலராக இருந்தது. "2016 ஆம் ஆண்டில், 2021 ஆம் ஆண்டில் மொத்த விற்பனை 30,700 டன் (14% ஒட்டுமொத்த அதிகரிப்பு) யூரோமோனிட்டர் அறிக்கையின்படி, நிலையான குழந்தை சூத்திரத்தின் விற்பனை (0-6 மாதங்கள்) ஆண்டு சுமார் 12,000 டன்கள்.

மறுபுறம், இந்தியாவில் தாய்ப்பால் கொடுக்கும் நடைமுறைகளின் நிலை உடனடி கவனம் தேவை, ஏனெனில் பிறந்த ஒரு மணி நேரத்தில் தாய்ப்பால் கொடுக்கும் விகிதம் 57% ஆகவும், பிரத்தியேக தாய்ப்பால் விகிதம் 58% ஆகவும் உள்ளது.

பின்வரும் தொடர்புடைய தயாரிப்புகளின் உற்பத்தி GHG ஐ மேலும் உருவாக்குகிறது மற்றும் கிரகத்தில் கூடுதல் சுமையை ஏற்படுத்துகிறது:

- டின் அல்லது அட்டை டப்பாவில் குழந்தையின் பால் தயாரிப்பு
- குழந்தையின் பாட்டில்கள் பிளாஸ்டிக்கில் தயார் செய்யுதல்
- விநியோகத்திற்காக லேபிள்கள் மற்றும் அச்சிடுதல்
- பாட்டில்களை தூய்மை செய்ய ஸ்டெர்லைசர் உபயோகிப்பது

## பி.எம்.எஸ் இன் செயல்திறனை நாங்கள் எவ்வாறு கண்டறிந்தோம்?

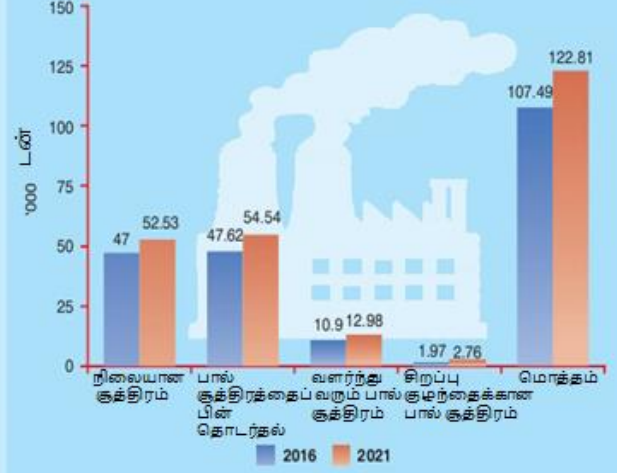
குழந்தை பால் சூத்திரத்தைப் பயன்படுத்துவதால் ஏற்படும் விளைவுகள் மற்றும் சுற்றுச்சூழலின் அளவைப் பற்றி மிகக் குறைவான ஆய்வுகள் உள்ளன. இந்தியாவின் தாய்ப்பால் ஊக்குவிப்பு வலையமைப்பு (பிபிஎன்ஐ) மற்றும் சர்வதேச குழந்தை உணவு அதிரடி வலையமைப்பு (ஐபிஎஃப்என் ) உடன் இணைந்து குழந்தை பால் சூத்திரத்தின் பல்வேறு பிரிவுகளின் காரணமாக சராசரி GHG உமிழ்வை கணக்கிடுவதற்கான புதுமையான முறையை உலகளாவிய நிபுணர்களுடன் ஒத்துழைப்புடன் உருவாக்கப்பட்டது.

குழந்தை பால் கலவையை இந்த முறையால் கவனித்து சூத்திர தயாரிப்புகள், ஒவ்வொன்றின் பங்களிப்பையும் உறுதி செய்தல் மூலப்பொருள், காரணமாக தனிப்பட்ட பொருட்கள் மற்றும் GHG உமிழ்வை அடையாளம் காணுதல். இந்த முறையைப் பயன்படுத்தி, GHG குழந்தை பால் சூத்திரம் காரணமாக உமிழ்வு கணக்கிடப்பட்டது 2016 ஆம் ஆண்டிற்கான இந்தியாவும், 2021 ஆம் ஆண்டிற்கான திட்டங்களும் மதிப்பிடப்பட்டுள்ளது. (படம் 1 மற்றும் 2 ஐப் பார்க்கவும்). மற்றொரு ஆய்வு 4 தயாரிப்பாளர் நாடுகளிலும் 4 நுகர்வோர் நாடுகளிலும் பி.எம்.எஸ் உற்பத்தி மற்றும் நுகர்வோர் கார்பன் கால்தடங்களை மதிப்பிட்டுள்ளது. தாய்ப்பால் கொடுப்பதில் இருந்து குறைந்த கார்பன் தடம் படித்த அனைத்து நாடுகளிலும் பி.எம்.எஸ் பயன்பாட்டுடன் ஒப்பிடுதல் ஆய்வில் கண்டறியப்பட்டுள்ளது.

படம் 1: இந்தியா - 2016 ஆம் ஆண்டில் பிஎம்எஸ் விற்பனை மற்றும் 2021 இல் திட்டமிடப்பட்ட விற்பனை ('000 டன்)



படம் 2: இந்தியா - 2016 ஆம் ஆண்டில் பிஎம்எஸ் காரணமாக ஜிஹெச்ஜி உமிழ்வுகள் மற்றும் 2021 ஆம் ஆண்டில் திட்டமிடப்பட்ட உமிழ்வுகள் ('000 டன் CO2 Eq.)



இந்தியாவில், 2016 ஆம் ஆண்டில் பிஎம்எஸ் காரணமாக மொத்த ஜிஹெச்ஜி உமிழ்வு 107,490 டன் CO2 eq ஆகும். அதில் 10,900 டன் பால் வளர்வதாலும், 47000 டன் நிலையான குத்திரத்தின் காரணமாகவும், 47620 டன் பின்தொடர்தல் குத்திரத்தின் காரணமாகவும் மற்றும் 1970 டன் சிறப்பு குழந்தை பால் குத்திரம் காரணமாகவும் இருந்தது. பி.எம்.எஸ் காரணமாக 2021 ஆம் ஆண்டில் மொத்த ஜிஹெச்ஜி உமிழ்வு எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. 122810 டன், அதற்கான அதிகப்பட்ச பங்களிப்பு பின்தொடர் குத்திரத்திலிருந்து வரும்.

## பி.எம்.எஸ்ஸின் சுற்றுச்சூழல் தாக்கத்தை குறைத்தல்

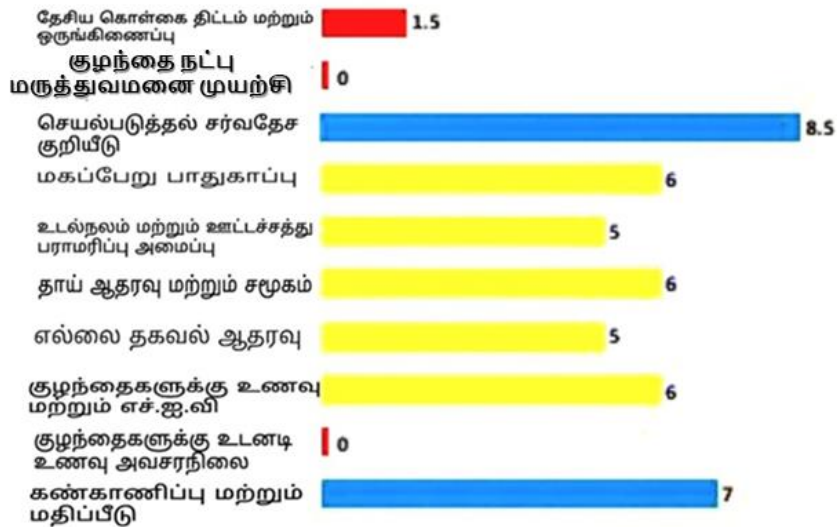
பிஎம்எஸ்ஸின் சுற்றுச்சூழல் பாதிப்பு இருக்கக்கூடும் அவற்றைக் குறைக்கூடிய முயற்சிகளால் குறைக்கப்படுகிறது நுகர்வு மற்றும் தாய்ப்பால் விசுவகளை மேம்படுத்துதல் தாய்மார்களுக்கு நல்ல ஆதரவு அமைப்புகள் மூலம் மற்றும் குடும்பங்கள் குழந்தைகளுக்கான உலகளவ உத்தி மற்றும் இளம் குழந்தைகளுக்கு உணவளிப்பது ஒரு கொள்கையை வழங்குகிறது கொள்கைகளை வலுப்படுத்துவதற்கான கட்டமைப்பு மற்றும் குழந்தை மற்றும் இளம் குழந்தை பற்றிய திட்டங்கள் உணவளித்தல்(IYCF) உலகத் தாய்ப்பால் ட்ரென்ட்ஸ்

இனியாஷுவேட்டிவ் (WBTi) குறிப்பிட்ட காலத்திற்கு வழிவகுத்தது. IYCF கொள்கைகள் மற்றும் திட்டங்களை கண்காணித்தல் செயல்படுத்தியது இந்தியாவில்( பாடம்-3). தாய்ப்பா லூட்டுவதை மேம்படுத்துதல் விகி தங்களுக்கு முதலீடுகள் தேவை.

- தாய்ப்பால் பாதுகாக்க தலையீடுகள்
- நேருக்கு நேர் வழங்குவதன் மூலம் தாய்மார்களை ஆதரித்தல் முக ஆலோசனை.
- அனைத்து பாலூட்டும் குழந்தைகளுக்கு மகப்பேறு பாதுகாப்பு.
- தாய்மார்கள் சாத்தியமான அனைத்து சேனல்களிலும் பதவி உயர்வு.

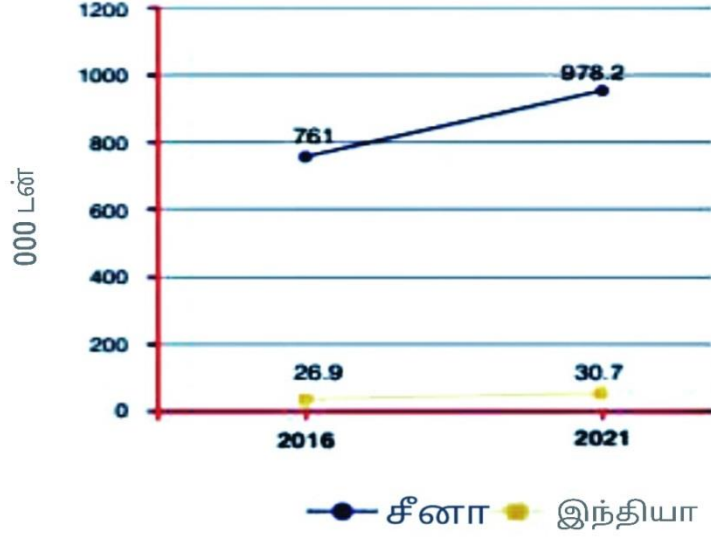
சத்தைப்பாடுத்தில் மற்றும் பிஎம்எஸ் பயன்பாட்டின் கட்டுப்பாடு பாதுகாப்புக்கான திறவுகோல். இது தெளிவாகிறது இந்தியாவில் பிஎம்எஸ் விற்பனை ஒப்பிடும்போது( தேசிய சட்டம் கணிசமாக சீரமைக்கப்பட்டது குறியீடு) மற்றும் சீனா( சிலருடன் தேசிய சட்டம் குறியீட்டின் விதிகள் சேர்க்கப்பட்டுள்ளன).( படம் 4 இப் பார்க்கவும் & 5)

**படம்3:இந்தியா WBTi மதிப்பீடு கொள்கைகள் மற்றும் நிரல் குறிகாட்டிகள் மதிப்பெண்(2018) (10 இல் மதிப்பெண்)**

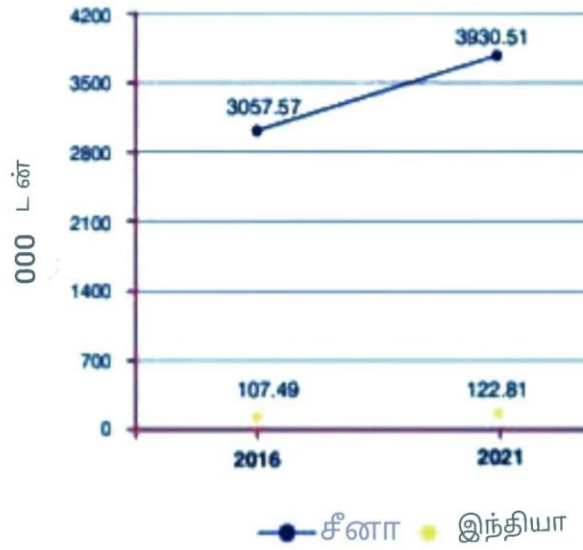


மொத்த மதிப்பெண் ( கொள்கை மற்றும் திட்டங்கள் ) 45/100

**படம்4:** இந்தியாவும் சீனாவும்-2016ல் எம்.எஸ் மற்றும் 2021ஆம் ஆண்டில் திட்டமிடப்பட்ட விற்பனை (000டன்)



**படம்5:** இந்தியா மற்றும் சீனா -2016 யில் பி. எம். எஸ் காரணமாக ஜி. எச். ஜி உமிழ்வு மற்றும் திட்டமிடப்பட்ட உமிழ்வுகள் 2021 (000 டன் கோ, )





கொள்கை வகுப்பாளர்கள் / நிரல் நிர்வாகிகள் தேசிய மற்றும் மாநில அளவில் என்ன செய்ய முடியும்?

1. பி.எம்.எஸ்ஸின் (BMS) சுற்றுச்சூழல் பாதிப்பு மற்றும் மக்கள் மற்றும் சுகாதாரத் தொழிலாளர்கள் மத்தியில் தாய்ப்பால் கொடுப்பதன் சுற்றுச்சூழல் நிலைத்தன்மை குறித்து வெகுஜன விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தும் பிரச்சாரத்தைத் தொடங்கவும்
2. இந்தியாவின் WBTI மதிப்பீட்டு அறிக்கையில் (2018) குறிப்பிடப்பட்டுள்ள இடைவெளிகளைக் குறைத்தல்; குறிப்பாக பொது மற்றும் தனிப்பட்ட ஆகிய இரண்டையும் மேம்படுத்துவதற்காக.

சிவில் சமூகம் என்ன செய்ய முடியும், மற்றும் தாய்ப்பால் கொடுக்கும் வக்கீல்கள் செய்கிறார்களா?

1. மாநிலங்களில் ஓய்.ஐ.சி.எஃப் (IYCF) குறித்த கொள்கைகள் மற்றும் திட்டங்கள் குறித்து பல்வேறு துறைகளுக்கு எழுதுவதன் மூலம் கண்டுபிடிக்கவும்.
2. போதிய கொள்கைகள் மற்றும் திட்டம் மற்றும் தாய்ப்பால் கொடுக்கும் நடைமுறைகள் குறித்த விழிப்புணர்வை உங்கள் ஊடகம் மற்றும் சமூக ஊடகம் மூலம் வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.
3. குழந்தை உணவின் நேரடி மற்றும் மறைமுக ஊக்குவிப்பு நடவடிக்கைகள் மற்றும் பாட்டில் உற்பத்தியாளர்களுக்கு கருத்தரங்குகள், சமூக ஊடகம் பிரச்சாரங்கள், குழந்தை

உணவுகளை விடுவித்தல், சமூக ஊடகங்கள் மூலம் தாய்மார்களைத் தொடர்புகொள்வது போன்றவற்றைக் கண்காணிக்கவும்.

4. தாய்ப்பால் கொடுப்பதற்கான ஆரம்பகாலத் துவக்கம், குழந்தை மற்றும் தாயைப் பிரிப்பதைத் தவிர்ப்பது, முன்கூட்டிய ஊட்டங்களை வழங்காதது, பிரத்தியேகமான தாய்ப்பால் கொடுப்பது மற்றும் WHO பரிந்துரைத்தபடி குழந்தை வடிவமைத்தல் போன்ற குழந்தைகளுக்கான தாய்ப்பால் கொடுக்கும் நட்பு நடைமுறைகளுக்கு மருத்துவமனைகளை சரிபார்க்கவும். நீங்கள் தவறான நடைமுறைகளைக் கண்டால் புகாரளிக்கவும்.
5. நட்பு கொள்கைகளுக்கு தாய்ப்பால் கொடுப்பதற்காக உங்கள் நாடாளுமன்ற உறுப்பினர்கள் / சட்டமன்ற உறுப்பினர்களை அணுகவும்.
6. உலக தாய்ப்பால் வாரத்தின் போது உங்கள் செயல்பாடுகளை பிபிஎன்(BPNI) செயலகத்துடன் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

**மருத்துவமனைகள் மற்றும் மருத்துவர்களால் என்ன செய்ய முடியும் ?**

1. உங்கள் மருத்துவமனை வெற்றிகரமான தாய்ப்பால் கொடுப்பதற்கான பத்து வழிமுறைகளைப் பயன்படுத்துகிறதா என்று தெரிந்துகொள்ளவும். நீங்கள் BPNI-WHO இந்திய அரசு உருவாக்கிய கருவியைப் பயன்படுத்தலாம்.
2. உலக சுகாதார நிறுவனம் (WHO) பரிந்துரையின்படி குழந்தைக்கான

செயற்கை பால் சூத்திர உணவு பயன்பாட்டைக் குறைக்கவும்

3. தாய்ப்பால் கொடுப்பதின் முக்கியத்துவத்தை கர்ப்ப காலத்தில்,

குழந்தை பிறப்பின் போது மற்றும் பின் வரும் காலங்களில்

மருத்துவமனைக்கு வரும் போது தக்க ஆலோசனை வழங்க

வேண்டும்.

### **பெற்றோர்களால் என்ன செய்ய முடியும்?**

1. குழந்தைக்கு தாய்பாலூட்டுதல் வழங்குவதற்கான மகப்பேறு

வசதிகள் உள்ளதா என்பதைக் கண்டறியவும்.

2. நீங்கள் உங்கள் மருத்துவரிடம் சென்று உங்கள் குழந்தைக்கு

உடலுடன் அரவணைக்கும் முறையை பற்றி தெரிந்து கொள்ள

வேண்டும் என்று கூறுங்கள்.

3. ZEE 5 வெப் போர்ட்டலில் ;டைகர்ஸ் ; படத்தைப் பார்த்து குழந்தை

உணவுகளை தயாரிக்கும் நிறுவனங்களால் ஏற்படும்

கெடுதல்களை பற்றி தெரிந்து கொள்ளவும்.

<https://www.zee5.com/movies/details/tigers/0-0-7599>

## குறிப்புகள்

1. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
2. விக்டோராசிஜி, பஹல் ஆர், பரோஸ்ஏஜே, ஃபிரான்ஜிவி, ஹார்டன் எஸ், கிராசெவெக் ஜே, முர்ச் எஸ், சங்கர் எம்ஜே, வாக்கர்என், ரோலின்ஸ்என்சி; லான்செட் தாய்ப்பால் தொடர் குழு. 21 ஆம் நூற்றாண்டில் தாய்ப்பால்: தொற்றுநோய், வழிமுறைகள் மற்றும் ஆயுட்காலம். லான்செட். 2016 ஜன 30; 387 (10017): 475-90.
3. மையர். காலநிலை மாற்றம்: தாய்ப்பால் கொடுப்பது டாக்ஸ்போத்தோபெசிட்டி மற்றும் கிளைமேட்சேஞ்ச். பி.எம்.ஜே. 2008 ஜூன் 28; 336 (7659): 1454.
4. லின்னேகார்ஏ, குப்தாஏ, தாதிச் ஜேபி, பிட்லான். ஃபார்முலா ஃபார் டிசாஸ்டர். IBFANAsia / BPNI; 2014. கிடைக்கும்: <https://www.bpni.org/documents/FormulaForDisaster.pdf>
5. ஏன் முதலீடு செய்ய வேண்டும், என்ன செய்ய வேண்டும்?  
[Http://www.thelancet.com/series/breastfeeding](http://www.thelancet.com/series/breastfeeding), Vol 387 ஜனவரி 30, 2016, 491-504
6. தெக்ரீன்ஹவுஸ் கேஸ்கள் கார்போண்டியாக்சைடு, மீத்தேன் மற்றும் நைட்ராக்சைடு.
7. கென்ட்ஜி. உலகளாவிய குழந்தை சூத்திரம்: டாப்ரோடெக்டுமேன்ஹெல்த் பாதிப்புகளை கண்காணித்தல் மற்றும் ஒழுங்குபடுத்துதல். IntBreastfeed J. 2015Feb23; 10: 6.
8. பேக்கர் பி, ஸ்மித் ஜே, சால்மன் எல், ஃப்ரியல் எஸ், கென்ட்ஜி, ஐலாமோஏ, டாடிச் ஜேபி, ரென்ஃப்ரூ எம்ஜே. உலகளாவிய போக்குகள் மற்றும் வணிக பால் சார்ந்த சூத்திரங்கள்: முன்னோடியில்லாத குழந்தை மற்றும் குழந்தை உணவளிக்கும்

- மாற்றம்? பொது சுகாதார ஹெல்த்நட். 2016 அக்டோபர்; 19 (14): 2540-50.
9. மார்பக-பால் நிறுவனங்களின் சந்தைப்படுத்தல்: சர்வதேச குறியீட்டின் தேசிய செயல்படுத்தல், ஸ்டேட்டஸ் ரிப்போர்ட் 2020. ஜெனீவா: உலக சுகாதார அமைப்பு; 2020.
  10. [https://www.prnewswire.com/news-releases/breast-milk-substitutes-market-value-to-hit-119-billion-by-2025-global-market-insights-inc-300864327.html#](https://www.prnewswire.com/news-releases/breast-milk-substitutes-market-value-to-hit-119-billion-by-2025-global-market-insights-inc-300864327.html#:~:) : ~: உரை = ஆண்களின்% 20 இன்டெரெஸ்ட்-, மார்பகம்% 20 மில்க்% 20 மாற்று நிறுவனங்கள்% 20 சந்தை% 20 மதிப்பு% 20 முதல்% 20 ஹிட்% 20% 24119% 20 பில்லியன்,% 3A% 20 குளோபல்% 20 சந்தை% 20 இன்சைட்% 2 சி% 20 ஜஎன்சி.
  11. யூரோமோனிட்டர் இன்டர்நேஷனல் (2016) .பாஸ்போர்ட்-பேபிஃபுட் இன் இந்தியா.
  12. சுகாதார மற்றும் குடும்ப நல அமைச்சகம் (MoHFW), இந்திய அரசு, யுனிசெஃப் மற்றும் மக்கள் தொகை கவுன்சில். 2019. விரிவான தேசிய ஊட்டச்சத்து ஆய்வு (சி.என்.என்.எஸ்) தேசிய அறிக்கை. புதுதில்லி.கிடைக்கும்:  
<https://nhm.gov.in/WriteReadData/1892s/1405796031571201348.pdf>
  13. பால் சூத்திரத்தில் தரநிலை மில்க் சூத்திரம் (0-6 மாதங்கள்), பின்தொடர்தல் சூத்திரம் (7-12 மாதங்கள்) அடங்கும்; குறுநடை போடும் சூத்திரம் (13-24 மாதங்கள்) மற்றும் சிறப்பு குழந்தை பால் சூத்திரம் (0-6 மாதங்கள்)
  14. தாதிச் ஜே.பி., ஸ்மித் ஜே, ஜலாமோ ஏ, சுலைமான் ஏ. பால் ஃபார்முலா காரணமாக கார்பன் தடம் குறித்த அறிக்கை: ஆசியா-பசிபிக் பிராந்தியத்தின் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட நாடுகளிலிருந்து ஒரு ஆய்வு. இங்கு கிடைக்கும்:  
<https://www.bpni.org/report/Carbon-Footprints-Due-to-Milk-Formula.pdf>

15. கார்ல்சன் JO, கார்னெட், ரோலின்ஸ்என்சி, ரோஸ். The carbon footprint of மார்பக மில்க் சப்ஸ்டிடியூட்ஸ் ஒப்பிடமுடியாதது. ஜே கிளீன்ப்ரோட். 2019; 222: 436-445.
16. Has Your Nation Done Enough to Bridge Gaps?  
<http://new.worldbreastfeedingtrends.org/uploads/resources/document/84-country-report.pdf>
17. [https://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/WHO\\_NMH\\_NHD\\_09.01/en/](https://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/WHO_NMH_NHD_09.01/en/)

**திருத்தியவர்: டாக்டர். மஞ்சுபாலா டாஷ்**

**மொழிபெயர்த்தவர்கள்: ஸ்.ஸ்டெல்லா,**

**கு.குணசக்தி, இரா. லக்ஷ்மிபிரியா, சு.புனிதவதி, ரா.ராஜேஸ்வரி**

**EDITED BY: PROF.DR.MANJUBALA DASH, HOD OF OBG DEPT, MTPG&RIHS.**

**TRANSLATED BY: S.STELLA, G.GUNASAKTHI, R.LAKSHMIPRIYA,**

**S.PUNITHAVATHI, R. RAJESWARI (PG STUDENTS), MTPG&RIHS.**