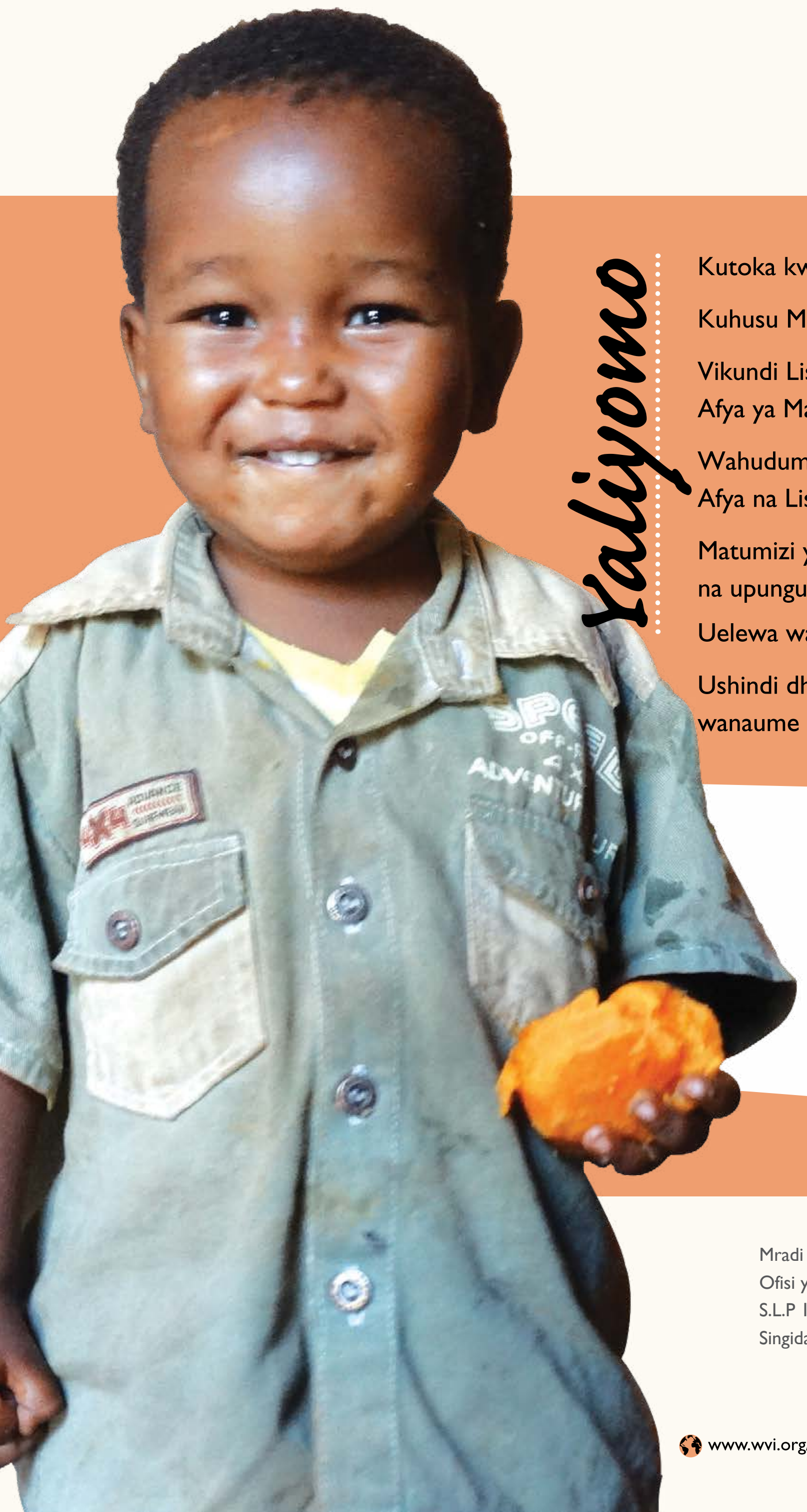
Jenga familia

inayozingatia lishe na afya bora!

Uboreshaji
Huduma za Lishe
katika Kuimarisha
Afya ya Uzazi kwa Mama na Mtoto Singida na Shinyanga (ENRICH)

Canada · World Vision · Nutrition International – Nourish Life · HarvestPlus – Better Crops • Better Nutrition · CSIH SCSI – Canadian Society for International Health / La Société Canadienne de Santé Internationale · University of Toronto



Yaliyomo

Kutoka kwa Mkurugenzi wa Miradi........ 1

Kuhusu Mradi na Mafanikio........ 2

Vikundi Lishe: Kuhamasisha Matumizi ya Chakula Bora kwa Afya ya Mama na Mtoto........ 3

Wahudumu wa Afya ya Jamii: Washauri Muhimu wa Kaya Juu ya Afya na Lishe ya Mama na Mtoto........ 4

Matumizi ya mazao yaliorutubishwa kibaiolojia katika kukabiliana na upungufu wa virutubishi........ 6

Uelewa wa Sera: Kichocheo cha Huduma Bora za Afya na Lishe........ 7

Ushindi dhidi ya vikwazo vya kitamaduni kwa kuhusisha wanaume katika masuala ya lishe na afya ya mama na mtoto........ 9

Timu ya Uhariri:

Melkizedeck Karol - Meneja Mawasiliano, World Vision Tanzania

Agness John - Afisa Mawasiliano, Mradi wa ENRICH

Timu ya Wataalamu

Mwivano Malimbwi - Meneja Mradi - ENRICH

Rester Boniface - Mratibu Mradi Mkoa - ENRICH

World Vision Tanzania

© **March 2018**

World Vision Tanzania

Mradi wa ENRICH
Ofisi ya Mkuu wa Mkoa Singida
S.L.P 1573
Singida

Makao Makuu
Barabara ya Radio Tanzania
Kutokea barabara ya Njiro
Nyumba Na. C, kitalu. 181 Njiro
S.L.P 6070
Arusha Tanzania
Simu:+255 27 254 9252 / 253/254

www.wvi.org/tanzania tanzania@wvi.org World Vision Tanzania twitter: wv_tanzania

Kutoka kwa Mkurugenzi wa Miradi

Ndugu Msomaji,

Kuna wakati unatembelea jamiii ambayo ina wingi wa chakula lakini unajiuliza kwanini kuna watoto wenye utapiamlo. Kadhalika unajiuliza kwanini kuna vifo vya uzazi. Hakika kuna sababu nyingi zinazosababisha dhahama hiyo lakini ukweli ni kuwa vifo hivyo vinaweza uzuilika.

Kwa miaka kadhaa ya hivi karibuni, Tanzania imekuwa inafanya jitihada kubwa ili kuzuia vifo vyote vya uzazi, watoto wachanga na watoto wadogo. Katika kuunga mkono jitihada hizo na kama ilivyoelezwa na moja ya matarajio yetu juu ya ustawi wa watoto "watoto wafurahie afya njema", World Vision Tanzania inatekeleza mradi wa ENRICH.

Mradi wa Uboreshaji Huduma za Lishe katika Kuimarisha Afya ya Uzazi kwa Mama na Mtoto (ENRICH)una lengo kuu la kuchangia kupunguza maradhi na vifo vya uzazi kwa mama na mtoto vinavyosababishwa na sababu za kilishe katika mikoa ya Shinyanga na Singida. Hii ni kwa njia ya utekelezaji wa hatua za gharama nafuu za lishe bora ambazo ni pamoja na: kuimarisha mfumo wa afya,kuendeleza mazao yaliyorutubishwa kibaiolojia, kuhamasisha ushiriki wa wanaume, na kushughulikia moja kwa moja utapiamlo ndani ya siku 1000 za kwanza za maisha ya mtoto.

Huu ni mwendelezo wa nia yetu ya dhati katika kuboresha afya na lishe ya mama na mtoto ili kupunguza vifo vya watoto chini ya miaka mitano na vifo vya uzazi nchini Tanzania.

World Vision Tanzania tunaamini kuwa afya njema ni msingi wa maisha ya mtoto. Hivyo ni azma yetu kuhakikisha mama na mtoto wanapata lishe bora, wanalindwa dhidi ya magonjwa na wanapata huduma za afya za msingi. Kupitia Mradi wa ENRICH tunakabiliana na utapiamlo ndani ya siku 1000 za mtoto. Huu ni muda muhimu kwa mtoto kupata lishe bora.

Ingawaje ni mwaka mmoja sasa tangu kuanza kwa mradi, tumeshuhudia mabadiliko na maendeleo makubwa kuelekea matarajio yetu juu ya wanawake na watoto. Kupitia kufanya kazi na Wizara ya Afya, Maendeleo ya Jamii, Jinsia, Wazee na Watoto, jamii, serikali za mitaa, timu za usimamizi wa afya ngazi za mkoa na wilaya pamoja na watoa huduma za afya, Mradi wa ENRICH umenufaisha vijiji 50 na vituo vya afya 58. Hili nina mchango madhubuti katika ubora wa upatikanaji wa huduma za lishe kwa watoto, wanawake wajawazito, wanawake wanaonyonyesha na jamii kwa ujumla.

World Vision Tanzania tunawapongeza wanajamii, Serikali ya Kanada, World Vision Kanada, wadau wa utekelezaji wa mradi, serikali za mitaa katika ngazi zote na wafanyakazi wa World Vision Tanzania hususani wafanyakazi wa mradi wa ENRICH. Tunatoa wito wa kuendelea kutoa ushirikiano na kujitolea zaidi kwa kazi hii muhimu kwa watoto.

Furahia usomaji wako!

Devocatus Kamara

Kuhusu Mradi na Mafanikio Yake

Nchini Tanzania, lishe duni huchangia zaidi ya theluthi moja ya vifo vyote vya watoto wa umri kati ya miezi 0 hadi miezi 5.9 na utapiamlo huongeza hatari ya mtoto kufa kutokana na magonjwa mengi, mara nyingi zaidi ugonjwa wa surua, kuhara na nimonia.

Uboreshaji Huduma za Lishe katika Kuimarisha Afya ya Uzazi kwa Mama na Mtoto (ENRICH) ni mradi wa miaka mitano (2016-2020) unaofadhiliwa na serikali ya Kanada na kutekelezwa na shirika la World Vision Tanzania pamoja na wadau wengine. Mradi huo uko sambamba na mkakati wa kitaifa wa kuboresha afya ya uzazi, watoto wachanga na watoto wadogo kwa nia yakukabiliana moja kwa moja na utapiamlo ndani ya siku 1000 za kwanza za maisha ya mtoto. Lengo kuu la mradi ni kupunguza maradhi na vifo vya uzazi vya mama na mtoto vinavyosababishwa na sababu za lishe. Hii ni kwa kushughulikia maswala muhimu kwa afya ya mama, watoto wachanga na watoto chini ya miaka miwili.

Kupitia ufadhili wa serikali ya Kanada na World Vision Kanada, mradi unatekelezwa kwa ushirikiano wa serikali ya Tanzania, Nutrition International (NI), Harvest Plus (H+), Canadian Society for International Health (CSHI) na Chuo Kikuu cha Toronto (UofT). Mradi huu unatekelezwa katika mikoa ya Singida (halmashauri ya wilaya ya Ikungi na Manyoni) na Shinyanga (halmashauri ya mji Kahama, halmashauri ya wilaya ya Kishapu na Shinyanga) kutoka Machi 2016 mpaka Septemba 2020.

Mradi wa ENRICH utatumia njia mbili mahsusi;

Kuimarisha mifumo ya afya: Hii ni kupitia mafunzo na uwezeshaji wawatoa huduma za afya ya jamii pamoja naTimu za Usimamizi wa Afya ngazi za mkoa na wilaya (RHMT na CHMT) ili kukuza na kutoa huduma za msingi za lishe, na pia kutoa taarifa na kuongeza ushiriki wa jamii katika mazungumzo na serikali juu ya sera za masuala ya afya na lishe ya uzazi, watoto wachanga na watoto wadogo. Hili linafikiwa kupitia sauti ya umma na uwajibikaji.

Kuboresha huduma za lishe: Kwa kuongeza ufahamu na kukuza ujuzi juu ya lishe iliyopendekezwa kwa mama, watoto wachanga na watoto chini ya miaka miwili ikiwa ni pamoja na ulaji wa virutubisho, mbinu bora za ulishaji na ulaji wa vyakula vyenye wingi wa virutubisho kwa watoto wachanga na watoto wadogo. Vilevile kutoa mafunzo na kuwezesha utengenezaji wa bustani za nyumbani na kukuza mazao yaliyorutubishwa kibaiolojia. Haya yote ni kupitia mafunzo yanayotolewa kwa vikundi vya lishe, vikundi vya wakulima, wahudumu wa afya ya jamii, kamati za huduma za jamii, vongozi wa jamii, viongozi wa dini, wanaume kwa wanawake.

Kiwango cha vifo vya uzazi ni
556
kati ya vizazi hai
100000

Kiwango cha vifo vya watoto wachanga ni
43
kati ya watoto hai
1000

Kiwango cha vifo vya watoto chini ya miaka mitano ni
67
kati ya watoto hai
1000.

	SHINYANGA	SINGIDA
Kiwango cha udumavu	28%	29%
Kiwango cha udumavu	3.3%	4.3%
Kiwango cha uzito pungufu	12.3%	11.7%
Kiwango cha upungufu wa damu	71%	37%

Chanzo cha Takwimu: Utafiti wa Afya ya Uzazi na Mtoto na Viashiria vya Malaria Tanzania 2015-16

Mafanikio ya Awali ya Mradi

Viashiria	Takwimu za awali (2016)	Ufuatiliaji wa Matokeo ya Mwaka (2017)
Upatikanaji wa huduma kwa Wajawazito	45.0%	48.4%
Uzazi uliofanywa na mhudumu mwenye ujuzi	74%	85.7%
Upatikanaji wa huduma baada ya mtoto kuzaliwa	54.4%	72.4%
Unyonyeshaji wa maziwa pekee ya mama	69.3%	59.0%
Kiwango cha chini cha lishe kinachokubalika	16.7%	33.3%
Ulimaji mazao yaliyorutubishwa kibaiolojia	0%	10.5%

Vikundi Lishe:

Kuongeza kasi ya uhamasishaji wa matumizi ya chakula bora kwa afya ya mama na mtoto

Mtoto ambaye hapati virutubisho na chakula cha kutosha hawezi kukua vizuri, hali hii inaweza kuanzia katika tumbo la mama mwenye utapiamlo. Katika kuimarisha matumizi ya vyakula vyenye wingi wa virutubisho, vikundi lishe vinaundwa.Wanakikundi lishe wanafundishwa kuhusu mkoba wa siku 1000, masuala ya msingi ya lishe, mahitaji ya lishe ya mama, wanawake wajawazito, wanawake wa umri wa kuzaa watoto, watoto wachanga, na watoto chini ya miaka miwili pamoja na kuandaa mlo kamili kwa kutumia vyakula asilia vinavyopatikana.

"Tumejua kuwa kuna vyakula bora vingi katika kijiji chetu, jinsi ya kupanga vyakula katika sahani ili iweze kuwa na angalau makundi matatu ya vyakula na pia kuhusu uzalishaji na matumizi ya vyakula vyenye wingi wa virutubisho." Anasema, Grace Msengi, katibu wa kikundi lishe kijiji cha Mkwese.

Vikundi lishe vinatoa elimu na kusambaza maarifa kwa jamii, lengo kuu ikiwa ni kupambana na utapiamlo katika ngazi zote kutumia mkoba wa siku 1000. Mkoba wa siku 1000 husaidia wanajamii kujifunza kwa urahisi juu ya afya na lishe bora kwa mama na mtoto hadi kuanzia mimba hadi mtoto anapofikisha miaka miwili.

"Kujifunza imekuwa furaha kwa kutumia mkoba wa siku 1000. Kuhamasisha na kuelimisha makundi ya wanawake kwa wanawake na wanaume kwa wanaume imekuwa rahisi zaidi kwa kutumia redio na vipeperushi". Grace anaongezea.

Mahudhurio ya wanawake na wanaume kwenye mikutano ya mkoba wa siku 1000 yamekuwa na matokeo chanya na kuna mabadiliko makubwa katika jamii kama mmoja wa wanakikundianavyoeleza.

"Siku hizi hata ripoti za visa vya magonjwa ya kuhara na nimoniamiongoni mwawatoto vimepungua. Pia ukosefu wa maziwa kwa wamama wanaonyonyesha umepungua kwa kiasi kikubwa". Mama Dickson, anaeleza akitabasamu.

918

Wana kikundi lishe wamepatiwa mafunzo ya mkoba wa siku 1000.

483 Wanaume

435 Wanawake

Wahudumu wa Afya ya Jamii:

Washauri muhimu wa kaya juu ya afya na lishe ya mama na mtoto

Ukosefu wa huduma za afya pamoja na upungufu wa huduma za lishe bora kunakotokana na sababu kadhaa ikiwemo ukosefu wa vituo vinavyotoa huduma za afya, umbali mrefu katika kuzifikia huduma za afya pamoja na uhaba wa wataalamu wa afya. Haya yanaathiri afya na lishe ya mama na watoto. Katika kukabiliana na suala hili katika jamii zilizo katika eneo la mradi wa ENRICH, Wahudumu wa Afya ya Jamii (WAJA) wanahusishwa katika kuwezesha upatikanaji wa huduma za afya za msingi na ushauri sahihi wa lishe katika kaya.

Kupitia mafunzo na vifaa walivyopatiwa,WAJA wameweza kujumuisha huduma za lishe na afya ya uzazi, watoto wachanga na watoto wadogo kama sehemu ya kushauri. Kazi zao kubwa ni pamoja na kuwatambua, kuwapa rufaa kwenda vituo vinavyotoa huduma ya afya na kuwasaidia wanawake wajawazito, kinamama wanaonyonyesha na watoto wenye utapiamlo katika vijiji vyao. Pia kuhamasisha jamii katika mikutano ya hadharana kuripoti shughuli zilizofanywa katika mwezi husika.

"Baadhi ya mamboyamekuwa yakiachwa katika jamii kwa kudhani kuwa sio tatizo kutokana na kuonekana kuwa madogo. Utembeleaji na ushauri katika kaya umekuwa na faida nyingi maana nawapatia rufaa za kwenda vituo vinavyotoa huduma za afya kwa matibabu zaidi hasa wajawazito wenye dalili za hatari na watoto wenye utapiamlo. Kizuri zaidi ni kwamba wanaendelea vizuri sasa."Boniphace Emanuel, Mhudumu wa Afya ya Jamii, kijiji cha Mkwese.

197

wamepata mafunzo ya lishe ya afya ya uzazi, watoto wachanga na watoto wadogo.

101 Wanaume

96 Wanawake

Matumizi ya **mazao yaliorutubishwa kibaiolojia** katika kukabiliana na upungufu wa virutubishi mwilini

Kwa kuelewa kuwa wanawake wengi walio wajawazito au wanaonyonyesha pamoja na watoto wana uhitaji mkubwa wa lishe bora mwilini ikilinganishwa na makundi mengine, Mradi uliielimisha jamii juu ya ulimaji wa viazi lishe kutokana kuwa na wingi wa virutubisho katika zao hilo. Hii ni aina ya viazi vyenye wingi wa vitamini ambayo ni muhimu kwatika ukuaji pamoja na kupambana na upunguvu wa viini lishe mwilini. Wakulima walishiriki mafunzo juu ya uzalishaji, ulaji na matumizi ya viazi lishe ikiwa ni pamoja na kuwapa mbegu.

"Nimejifunza juu ya uzalishaji wa viazi lishe, faida zake katika lishe na kunipatia vipando vyake. Katika kuhakikisha wanakijiji wenzangu wananufaika, niligawa vipando kwa kikundi lishe na timu ya Sauti ya Umma na Uwajibikaji ili kufungua bustani za mfano. Pia tuligawa kwa familia zenye wamama na wanawake wajawazito, wanawake wa umri wa kuzaa na watoto chini ya miaka miwili. Familia yangu inafurahia matembele kipindicha ulimaji na pia viazi lishe kipindi cha uvunaji. Afya ya familia yangu imeimarika kama ilivyokuwa kwa jamii yangu pia." Mohamed Igae, Mkulima wa viazi lishe, Kijiji cha Ihanja.

Pamoja na wingi wa virutubisho katika viazi lishe, World Vision Tanzania imeona umuhimu wa kuhimiza jamii na kuiwezesha juu ya vyakula vingine vyenye virutubisho kama vile mbogamboga, matunda na vyakula vyenye wingi wa protini. Kupitia Maafisa Ugani na Maafisa Mifugo wa Kata, Mradi wa ENRICH umetoa elimu katika ngazi ya kaya juu ya ufugaji wa kuku na ulimaji wa mboga na matunda ulioboreshwa, ili kuongeza upatikanaji na ulaji wa vyakula bora kwa wanawake wenye umri wa kuzaa, wajawazito, kinamama na watoto chini ya miaka miwili.

"Mbegu za mboga na matunda nilizopata kutoka World Vision zimeniwezesha kuanzisha bustani ya jikoni ambayo nimepanda spinachi, mchicha na mapapai. Sina wasiwasi tena na ulaji wa chakula kisichokuwa na virutubishi vya kutosha, ukosefu wa virutubishi katika mlo lakinipia naepuka kutumia pesa nyingi kununua mboga kwani kwa sasa vyote viko karibu na jiko langu." Mary Jimwaga, Mnufaika, Wilaya ya Kishapu.

234 wamepata mafunzo ya uzalishaji wa mazao yaliyorutubishwa kibaiolojia

44 wamepata mafunzo kuhusu njia bora za uzalishaji wa mboga mboga na matunda

98 Maafisa ugani na maafisa mifugo wa kata 98 wamefundishwa kuhusu mazao yaliyorutubishwa kibaiolojia na ufugaji wa kuku

Uelewa wa Sera: Kichocheo cha huduma bora za afya na lishe

Sauti ya umma na uwajibikaji (CVA) ni mbinu ya uchechemuaji katika ngazi ya jamii inayochochea uwajibikaji kwa kuwezesha mazungumzo baina ya jamii na serikali ili kuboresha huduma za kijamii ambazo zikikosekana huathiri maisha ya kila siku ya watoto na familia zao. Kupitia mbinu ya sauti ya umma na uwajibikaji, mradi wa ENRICH unafanya mafunzo ili kuongeza uwezo wa jamii kuhusika katika usimamizi wa sera na uendeshajiwa masuala ya afya na lishe lengo likiwa ni kuongeza uwajibikaji wa watoa huduma na viongozi, pamoja na uwajibikaji wa wananchi katika upatikanaji na utoaji wa huduma za msingi.

"Sauti ya Umma na Uwajibikaji imetufundisha kuwa changamoto katika jamii zinaweza kutatuliwa kwa michango yetu na tutakapoanza serikali nayo itahamasika kuendeleza juhudi zetu. Kati ya suala lililoibuliwa katika jamii yetu ni uhitaji wa zahanati. Kama jamii tuliafikiana kila familia kuchangia kiasi cha pesa kwa ajili ya ujenzi wa zahanati hiyo, jengo linakaribia kukamilika na tunategemea serikali kutuwezesha zana na vifaa vitakavyohitajika." Anaeleza Simon Labia, Mtendaji wa Kijiji cha Ulyampiti.

Matokeo ya Sauti ya Umma na Uwajibikaji yanayoonekana na yanashuhudiwa katika kijiji cha Solwa, Wilaya ya Shinyanga Vijijini na Kijiji cha Ulyampiti, wilayani Ikungi. Matokeo hayo chanya yanaharakisha juhudi za jamii na ushiriki wao katika shughuli za maendeleo kupitia mijadala na serikali na watoa huduma, kwa kuangalia huduma zinazotolewa kwa kuhusianisha na viwango vinavyoelezwa katika sera ya afya. Katika kata ya Solwa, jamii iliamua kukusanya rasilimali zake kujenga wodi za kulaza wagonjwa ili kuwezesha upanuzi na uboreshaji kuiwezesha zahanati hiyo kupandishwa hadhi hadi kuwa kituo cha afya.

223 viongozi wa serikali na siasa waliofundishwa kuhusu uchechemuaji wa jamii ili kuboresha huduma za lishe jumuishi kupitia Sauti ya Umma na Uwajibikaji

155 Wanaume

68 Wanawake

Ushindi dhidi ya vikwazo vya kitamaduni kwa kuhusisha wanaume katika masuala ya lishe na afya ya mama na mtoto.

Mradi wa ENRICH unahamasisha ushirikiano wa kijinsia katika utoaji wa huduma za afya na lishe pamoja na elimu kwa umma kuhusu usawa wa kijinsia. Kama ilivyo katika maeneo mengine nchini,wanaume hufanya maamuzi ndani ya familia juu ya matumizi ya rasilimali za familia kama vile vyakula vya lishe pamoja na uzazi salama, uhudhuriaji huduma za ujauzito,mahali pa kujifungulia na huduma za afya za watoto. Hii ni kutokana na desturi na mila ambazo zinaendeleza ukosefu wa usawa wa kijinsia na kuzidisha ushiriki mdogo wa wanaume katika masuala ya lishe na afya ya uzazi na watoto.

Athumani, ambaye ni baba wa mtoto aliyepona utapiamlo ameweza kufanya tofauti na mfano wa kuigwakatika jamii yake kwenye suala la ushiriki wa wanaume katika huduma za lishe na afya ya uzazi, watoto wachanga na watoto wadogo. Hii ni baada ya kupokea elimu juu ya lishe ya mtoto na umuhimu wa ushiriki wa wanaume katika suala hilo.

“Baada ya mwanangu kugundulika kuwa na utapiamlo ilibidi nijihusishe katika kumtunza ili kuhakikisha anapona. Mwanzoni jamii ilikuwa inanishanga nilipokuwa namlisha, nampeleka hospitali pamoja na kumuandalia chakula. kupitia elimu ya mara kwa mara na uhamasishaji sasa wameanza kubadilika na kwa furaha wanaume wanaanza kujihusisha katika masuala ya afya ya mama na mtoto.” Anaeleza Athumani.

Mpango wa afya unaowahitaji wanawake wajawazito kuhudhuria kliniki kwa mara ya kwanza na wenzi wao unazaa matunda zaidi kwani wanaume huona ni wajibu wao kuhakikisha afya ya wake na watoto wao.Mradi wa ENRICH hutumia elimu kwa umma inayolenga kubadili tabia zisizofaa.

“Siku hizi wanaume wanahitajika kuleta wake zao ila huwa furaha zaidi tunapoona wanaleta wake au watoto wao hata wasipohitajika kwa lazima. Athumani amekuwa mfano wa kuigwa na tunafurahi kumuhudumia mtoto wake hadi sasa ambapo uzito wa mtoto wake umeongezeka na hivyo amehitimu kutoka lishe ya watoto wenye utapiamlo.”Alisema Irene Tarimo (57), Muuguzi Afya ya Umma - Hospitali ya Mkoa wa Singida.