

Nacionalna nedelja promocije dojenja 1 – 7. oktobar 2018. godine

17.09.2018

Â

Svetska nedelja dojenja svake godine se obeleđava u više od 170 zemalja sveta kako bi se povećalo znanje i svest o značaju i prednostima dojenja i obezbedila podrška dojenju. Svetska alijansa za podršku dojenju (World Alliance for Breastfeeding Action – WABA) inicirala je ovu kampanju kako bi se intenzivirale aktivnosti na zaštiti, promociji i podršci dojenju, a svake godine pažnja je usmerena na različite teme od značaja za dojenje.

Zvanični datum Svetske nedelje dojenja na globalnom nivou je od 1. do 7. avgusta, ali se državama, organizacijama i institucijama predlaže da za obeležavanje i aktivnosti povodom Svetske nedelje dojenja izaberu najprikladnije datume u njihovim zemljama. U našoj zemlji Nacionalna nedelja promocije dojenja obeleđava se 40. nedelje u godini koja simbolično predstavlja trajanje trudnoće, a ove godine obeležiti će se u periodu od 1. do 8. oktobra pod sloganom – “Dojenje – temelj života”.

Ciljevi Svetske nedelje dojenja 2018. su:

Â

1. Informisati najširu populaciju o povezanosti pravilne ishrane, bezbednosti hrane, smanjenja siromaštva i dojenja
2. Uvesti praksu dojenja kao temelja života
3. Uključiti i pojedince i organizacije
4. Podsticati akciju za prepoznavanje dojenja kao principa pravilne ishrane, prakse koja obezbeđuje bezbednost hrane i smanjuje siromaštvo.

Dojenje predstavlja najjednostavniji, najzdraviji i najekonomičniji način da se obezbedi zadovoljenje potreba novorođenčeta za pravilnom ishranom. Majčino mleko je potreba svakog novorođenčeta, odojčeta i deteta do navršene druge godine. I sastav i količina majčinog mleka prilagođeni su uzrastu deteta i njegovim potrebama. Sisanjem, osim što zadovoljava potrebu za hranom, dete ostvaruje povezanost sa majkom i zadovoljava potrebu za bliskoću, stimuliše razvoj svih svojih čula, postiže bolji psihomotorni razvoj i razvoj inteligencije. Dojenje je ključni faktor preživljavanja, zdravlja i blagostanja odojčadi i majki i predstavlja vitalni deo održivog razvoja i značajnu komponentu globalne akcije okončanja poremećaja uhranjenosti.

Dojenje nije isključiva odgovornost roditelja za čitav život, promocija i podrška dojenju je kolektivna društvena odgovornost. Podršku majkama koje doje moguće je obezbediti na različite načine. Tradicionalno, podršku pružaju ukućani, ali i šira porodica. Potrebna je međusobna podrška žene okoline, a pored zdravstvenih radnika i savetnika za dojenje i podrška prijatelja, kao i zajednice u celini.

Brojne aktivnosti u cilju promocije i podrške dojenja treba da omogućavaju ostvarivanje cilja Svetske zdravstvene skupštine – najmanje 50% isključivo dojene dece do 2025. godine. Iako je do sada učinjen značajan pomak, potrebni su dodatni napor kako bi se programi i politike dojenja i ostvarili u praksi. Zato se aktivnosti Svetske i Nacionalne nedelje dojenja ove godine usmeravaju na:

1.

1. Prevenciju svih oblika poremećaja uhranjenosti – ovo se odnosi kako na pothranjenost, tako i na prekomernu uhranjenost i gojaznost i posledične hronične nezarazne bolesti. Dvostruko opterećenje društva poremećajima uhranjenosti predstavlja značajno opterećenje bolestima u dužem vremenskom periodu. Procenjuje se da dojenje smanjuje rizik prekomerne uhranjenosti i gojaznosti za oko 10% u odnosu na ishranu mlečnim formulama. U ekonomski nerazvijenim i slabo razvijenim zemljama dojena deca imaju 21% niži rizik od smrtnog ishoda u prvoj godini života u poređenju sa decom koja nisu dojena.

2.

2. Obezbećenje zdravstveno bezbedne hrane čak i u kriznim periodima – podrazumeva dostupnost zdravstveno bezbedne hrane stanovništvu u svakom trenutku. Na dostupnost utiče više različitih faktora, između ostalog različite krizne situacije kao što su prirodne katastrofe ili ratni sukobi. Globalno je oko 60 miliona raseljenih lica od kojih značajan procenat žene i deca u riziku od različitih poremećaja uhranjenosti, a koji mogu imati korist od dojenja.

3.

3. Smanjenje siromaštva – siromaštvo doprinosi pojavi gladi i pothranjenosti. Dojenje je jedna od najboljih investicija u globalno zdravlje: svaki dolar ulagan u dojenje daje dobit od 35 dolara!

Postoji obilje dokaza o koristima dojenja.

Prednosti dojenja za novorođene/odojce:

- Obezbeđuje pravilan rast i razvoj

- Podstiče razvoj i sazrevanje odbrambenog sistema

- Smanjuje rizik od gojaznosti

- Podstiče razvoj inteligencije

- Štiti od mnogih bolesti i infekcija

- Smanjuje rizik od proliva

- Smanjuje rizik od pojave alergija

- Smanjuje rizik od sindroma iznenadne smrti odojca.

•

Prednosti dojenja za majku:

- Pomaže uspostavljanju emocionalne veze sa detetom

- Smanjuje krvarenje posle porođaja

- Doprinosi normalizaciji telesne mase

- Smanjuje rizik od pojave osteoporoze

- Smanjuje rizik od pojave malignih oboljenja dojke i jajnika

- Smanjuje rizik od postporođajne depresije

- Smanjuje rizik pojave anemije.

Svetska zdravstvena organizacija i UNICEF preporučuju:

•
rano započinjanje
dojenja – prvi podoj trebalo bi da bude u roku od jednog sata od porođaja

isključivo dojenje
tokom prvih 6 meseci života
posle 24. nedelje
neophodno je uz dojenje započeti sa uvođenjem nemlečne dohrane.

Povodom obeležavanja Nacionalne nedelje dojenja Zavod za javno zdravlje tradicionalno raspisuje konkurs za izbor najboljih likovnih i literarnih radova za decu predškolskih ustanova i učenike osnovnih škola na temu – "Dojenje" temelj života. Cilj konkursa je da se podstakne zdravstvenovaspitni rad u predškolskim ustanovama i osnovnim školama na temu podrške dojenju kao najoptimalnijem načinu ishrane novorođenčadi i odojčadi. U okviru obeležavanja Nacionalne nedelje dojenja biće organizovana i predavanja, tribine, izložbe na temu dojenja. Cilj aktivnosti kampanje je skretanje pažnje zdravstvene i šire javnosti koliki je značaj dojenja kojim se obezbeđuje najoptimalnija ishrana, pravilan rast i razvoj, zaštita i unapređenje zdravlja i deteta i majke, kao i ukazivanje na značaj pružanja podrške i pomoći trudnicama, i majkama dojiljama da ostvare uspešno dojenje.