

AKTUELNO: Dojenje je mnogo više od hranjenja

03.08.2021

Â

Svetska nedelja dojenja, 1-7. avgusta
2021. godine,

Nacionalna nedelja promocije dojenja, 3-10. oktobra 2021. godine

Svetska nedelja dojenja

svake godine se obeležava u više od 170 zemalja sveta kako bi se povećalo znanje i svest o značaju i prednostima dojenja i obezbedila podrška dojenju. Ova kampanja inicirana je od strane Svetske alijanse

za podršku dojenju (World Alliance for

Breastfeeding Action "WABA) kako bi se intenzivirale

aktivnosti na zaštiti, promociji i podršci dojenju, a svake godine pažnja je usmerena

na različite teme od značaja za dojenje. Iako je zvanični datum

Svetske nedelje dojenja na globalnom nivou

od 1. do 7. avgusta, državama, organizacijama i institucijama predlaže se da za

obeležavanje i aktivnosti povodom Svetske nedelje dojenja izaberu najprikladnije

datume u njihovim zemljama. U našoj zemlji Nacionalna nedelja promocije dojenja

obeležava se 40. nedelje u godini koja simbolično predstavlja trajanje trudnoće,

a ove godine obeležiti će se u periodu od 3. do 10. oktobra pod sloganom "Dojenje je

naša zajednička odgovornost".

Â

Ciljevi Svetske nedelje
dojenja 2021. su:

- Informisati stanovništvo
o značaju dojenja

- Uvrstiti dojenje u javno
zdravstvenu politiku i programe

- Stvarati partnerstvo sa
pojedincima i organizacijama

- Podsticati praksu dojenja

Dojenje je najprirodniji

dar, najzdraviji način ishrane novorođeneta, odojčeta i malog deteta do navršene

druge godine. Dojenje i majino mleko unapređuju zdravlje majke, deteta i zdravlje

tokom celog života. Ne samo sastav, već

je i količina mleka prilagođena uzrastu deteta i njegovim potrebama i zato majčino mleko predstavlja standard ishrane. Majčino mleko sadrži sve što je potrebno za fizički, psihički, socijalni, emocionalni i saznavni razvoj, razvoj svih čula (vid, miris, sluh, dodir, ukus) i inteligencije (govora i jezika) i štiti od mnogih infekcija i alergija.

Dojenje je mnogo više od hranjenja. To je proces uzajamnosti. Osim što zadovoljava potrebu za hranom, dete sisanjem ostvaruje povezanost sa majkom i zadovoljava potrebu za bliskošću, stimuliše razvoj svih svojih čula, postiže bolji psihomotorni razvoj i razvoj inteligencije.

Prednosti dojenja za majku su mnogostruke: pomaže uspostavljanju emocionalne veze sa detetom, smanjuje rizik od postporođajne depresije, smanjuje krvarenje posle porođaja i rizik od pojave anemije, doprinosi normalizaciji telesne mase, a dugoročni efekti su smanjivanje rizika od pojave osteoporoze i pojave malignih oboljenja dojke i jajnika.

•

Posebno je važna podrška zaposlenim majkama koje zbog prirode posla kojim se bave moraju da se vrate na posao vrlo brzo nakon porođaja i važno je usvojiti javno zdravstvene politike koje ohrabruju žene da doje na radnom mestu i u javnosti. Kako bi se obezbedila optimalna ishrana odojčeta važno je i ograničiti marketing zamena za majčino mleko.

•

Pet načina na koje porodica i prijatelji mogu podržati majku da doji :

•••••
Ohrabrite majku da doji.

•••••
Pomozite majci sa bebom izmeću podoja kako bi mogla da se odmori ili odspava.

•••••
Pomozite majci tako što ćete pripremiti hranu bogatu energijom, vitaminima i mineralima kako bi imala dovoljno mleka.

•••••
Odmenite majku u obavljanju kućnih poslova.

•••••
Podržite majku da pohađa školu roditeljstva i da nauči više o prednostima dojenja.

•

Imajući u vidu značaj dojenja za zdravlje majke i deteta, promocija i podrška dojenju predstavljaju javno zdravstveni prioritet za koji se zalaže. Centar za promociju zdravlja Zavoda za javno zdravlje Vranje u saradnji sa brojnim partnerskim organizacijama i institucijama, a sve u cilju skretanja pažnje zdravstvene i šire javnosti da dojenje obezbeđuje optimalnu ishranu, pravilan rast i razvoj deteta, zaštitu i unapređenje zdravlja deteta i majke.

U toku svojih aktivnosti na unapređenju i podršci dojenju Centar za promociju zdravlja zalaže se za implementaciju Nacionalnog programa podrške dojenju, porodnoj i razvojnoj nezi novorođeneta koji ima zadatak da svakom detetu omogući najbolju početak u životu i da zaštiti njegovo psihofizičko zdravlje.

Ovaj program prvenstveno je orijentisan na sprovođenje aktivnosti kroz sistem zdravstva od primarne do tercijarne zdravstvene zaštite. Program preporučuje model zdravstvenih usluga u kojem su potrebe trudnica, porodilja, babinjara i dece stavljene u centar okruženja koje ih podržava, uključujući i zaštitu od reklamiranja zamena za majino mleko. Na jednostavan i praktičan način je predloženo rešavanje najvažnijih pitanja koje se tiču dojenja a odnose se na dete, majku, zdravstvene radnike, zdravstveni sistem, zajednicu i ostale.

Pored toga, svake godine, u okviru obeležavanja Svetske i Nacionalne nedelje dojenja Institut za javno zdravlje Srbije dr Milan Jovanović Batuta raspisuje konkurs za izbor najboljih likovnih i literarnih radova za decu predškolskih ustanova i učenike osnovnih škola u Republici Srbiji preko mreže instituta i zavoda za javno zdravlje, među njima i Zavoda za javno zdravlje Vranje za teritoriju Pčinjskog okruga. Cilj konkursa je da se podstakne zdravstveno vaspitni rad u predškolskim ustanovama i osnovnim školama na temu podrške dojenju kao najoptimalnijem načinu ishrane novorođenadi i odojčadi. Planira se raspisivanje konkursa početkom nove školske godine.

Â

Zavod za
javno zdravlje Vranje

Centar za
promociju zdravlja

dr Marija
Nakić

Â

