

COMUNICAT DE PRESĂ
Campania
Săptămâna Mondială a Alimentației la Sânn

Săptămâna Mondială a Alimentației la Sânn este celebrată în fiecare an în perioada 1-7 august, alăptarea fiind una dintre cele mai eficiente modalități de a oferi nou-născuților de pretutindeni cel mai bun început în viață.

Laptele matern este alimentul ideal pentru sugari. Este sigur, curat și conține anticorpi care ajută la protejarea împotriva multor boli care afectează mai ales copiii. Laptele matern oferă toată energia și nutriția de care sugarul are nevoie în primele luni de viață și continuă să asigure până la jumătate sau mai mult din nevoile nutriționale ale copilului, în a doua jumătate a primului an și până la o treime în timpul celui de-al doilea an de viață. Copiii alăptați la sânn au șanse mai bune să nu fie subponderali, supraponderali sau să sufere de obezitate și sunt mai puțin predispuși la diabet, pe parcursul vieții.

Se estimează că 2,7 milioane de decese ale copiilor, ceea ce înseamnă aproximativ 45% dintre toate decesele copiilor, sunt atribuite subnutriției, în fiecare an. La nivel global, în 2020, s-a estimat că 149 de milioane de copii sub 5 ani aveau înălțime mică pentru vârsta lor, 45 de milioane au fost prea slabi pentru înălțimea lor și 38,9 milioane erau supraponderali sau obezi.

Puțini copii primesc alimente complementare adecvate și sigure din punct de vedere nutrițional; în multe țări, mai puțin de o pătrime dintre sugarii cu vârsta cuprinsă între 6 și 23 de luni beneficiază de o diversificare alimentară corectă și sunt hrăniți adecvat vârstei lor.

În lume, aproximativ 44% dintre sugarii cu vârsta între 0 și 6 luni sunt alăptați exclusiv la sânn. Astfel, dacă toți copiii cu vârsta între 0 și 23 de luni ar fi alăptați optim, se estimează că în fiecare an ar putea fi salvate peste 820.000 de vieți de copii cu vârsta sub 5 ani.

Alăptarea este unul dintre primii factori de protecție durabilă a sănătății copilului. Alăptarea îmbunătățește coeficientul de inteligență și gradul de școlarizare. Îmbunătățirea dezvoltării copilului și reducerea cheltuielilor cu sănătatea prin alăptare are ca rezultat câștiguri economice pentru familii. Este recomandată inițierea alăptării în prima oră de la naștere, alăptarea exclusivă până când copilul împlinește 6 luni și continuarea alăptării, în paralel cu procesul de diversificare, până la vârsta de 2 ani.

Institutul Național de Sănătate Publică a dezvoltat alături de Institutul Național pentru Sănătatea Mamei și Copilului "Alessandrescu-Rusescu", Institutul Norvegian de Sănătate Publică, Directoratul Norvegian de Sănătate și Biroul de țară al Organizației Mondiale a Sănătății OMS pentru România în cadrul proiectului "Consolidarea rețelei naționale de furnizori de îngrijiri primare de sănătate pentru îmbunătățirea stării de sănătate a populației, copii și adulți (inclusiv populație vulnerabilă)" recomandări în domeniul promovării alăptării destinate personalului sanitar care lucrează la nivel local în cadrul Ghidului "**Promovarea alăptării. Sfaturi pentru îmbunătățirea practicii alăptării**". Acest document aduce încă o dată în atenție principiile îngrijirilor centrate pe persoană și pe familie, precum și faptul că sprijinul pentru alăptare oferit la nivelul comunității este esențial. Materialul este disponibil prin accesarea următorului link: <https://proiect-pdp1.insp.gov.ro/wp-content/uploads/2021/12/Alaptare.pdf>

Campaniile de informare și educare a mamelor și a familiilor acestora cu privire la beneficiile alăptării la sânn pot determina o schimbare de atitudine în rândul mamelor, iar susținerea acestui comportament poate crește numărul de mame care practică alăptatul exclusiv la sânn, contribuind astfel la o alimentație corectă a nou-născuților.

5 REALITĂȚI INTERESANTE DESPRE ALĂPTARE

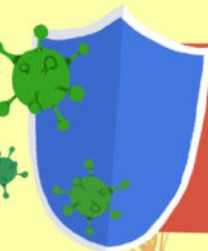
1 Ești pregătită să alăptezi chiar din momentul nașterii. Colostrul, primul lapte, este galben și gros. Chiar dacă este scăzută cantitatea de colostru, aceasta este suficientă pentru nevoile copilului tău.

2 În timpul alăptării atât corpul tău, cât și al copilului tău, produc oxitocină, un hormon care scade nivelul de stres și anxietatea și te ajută să crezi legătura emoțională cu copilul tău.

3 Alăptarea favorizează formarea florei intestinale sănătoase, ajutând astfel la dezvoltarea unui sistem imunitar sănătos al copilului tău.

4 Laptele tău conține anticorpi care îți ajută copilul să lupte împotriva infecțiilor.

5 Copiii sunt alăptați mai des în primele zile după naștere. Cu cât alăptezi copilul mai des în aceste zile, cu atât corpul tău va produce mai mult lapte.





CUM POATE SPITALUL SĂ ÎNCURAJEZE ALĂPTAREA - RECOMANDĂRI PENTRU O ALĂPTARE DE SUCCES

”INIȚIATIVA SPITAL PRIETEN AL COPILULUI”

Săptămâna Mondială a Alimentației la Sân, 1-7 august 2023

1a. Respectă pe deplin Codul internațional de marketing al substitutelor de lapte matern și rezoluțiile relevante ale Organizației Mondiale a Sănătății.

1b. Are o politică scrisă privind hrănirea sugarilor, care este comunicată regulat personalului de îngrijire și părinților.

2. Personalul de îngrijire are cunoștințe, competențe și abilități suficiente pentru a sprijini alăptarea.

3. Informează toate gravidele și familiile acestora despre avantajele alăptării și aspectele practice ale alăptării.

4. Asigură contactul dintre mamă și copil, “piele pe piele”, imediat după naștere și sprijină mamele să inițieze alăptarea cât mai curând posibil după naștere.

5. Sprijină mamele să alăpteze și să mențină secreția lactată chiar și atunci când sunt despărțite de copiii lor.

6. Nu oferă nou-născuților alimente sau lichide, altele decât laptele matern, cu excepția cazurilor cu indicație medicală.

7. Practică rooming-in-ul, care permite mamei și copilului să rămână împreună 24 ore pe zi.

8. Încurajează alăptarea la cererea copilului.

9. Consiliază mamele cu privire la evitarea utilizării precum și riscurile utilizării biberoanelor, tetinelor și suzetelor.

10. Încurajează constituirea grupurilor de sprijin pentru mame și orientează mamele către aceste grupuri de sprijin la externarea din maternitate.



Sursa: Organizația Mondială a Sănătății,

10 pași pentru a asigura succesul alăptării, <https://www.who.int/teams/nutrition-and-food-safety/-food-and-nutrition-actions-in-health-systems/ten-steps-to-successful-breastfeeding>