

**Светска недеља дојења 1–7. август 2018. године и
Национална недеља промоције дојења
1–7. октобар 2018. године**

„Дојење – темељ живота”

Светска недеља дојења сваке године се обележава у више од 170 земаља света како би се повећало знање и свест о значају и предностима дојења и обезбедила подршка дојењу. Светска алијанса за подршку дојењу (*World Alliance for Breastfeeding Action – WABA*) иницирала је ову кампању како би се интензивирале активности на заштити, промоцији и подршци дојењу, а сваке године пажња је усмерена на различите теме од значаја за дојење.

Званични датум Светске недеље дојења на глобалном нивоу је од 1. до 7. августа, али се државама, организацијама и институцијама предлаже да за обележавање и активности поводом Светске недеље дојења изаберу најприкладније датуме у њиховим земљама. У нашој земљи Национална недеља промоције дојења обележава се 40. недеље у години која симболично представља трајање трудноће, а ове године обележиће се у периоду од 1. до 7. октобра под слоганом „Дојење – темељ живота”.

Циљеви Светске недеље дојења 2018. су:

1. Информисати најширу популацију о повезаности правилне исхране, безбедности хране, смањења сиромаштва и дојења
2. Учврстити праксу дојења као темеља живота
3. Укључити и појединце и организације
4. Подстицати акцију за препознавање дојења као принципа правилне исхране, праксе која обезбеђује безбедност хране и смањује сиромаштво.

Дојење представља најједноставнији, најздравији и најекономичнији начин да се обезбеди задовољење потреба новорођенчета за правилном исхраном. Мајчино млеко је потреба сваког новорођенчета, одојчета и детета до навршене друге године. И састав и количина мајчиног млека прилагођени су узрасту детета и његовим потребама. Сисањем, осим што задовољава потребу за храном, дете остварује повезаност са мајком и задовољава потребу за блискошћу, стимулише развој свих својих чула, постиже бољи психомоторни развој и развој интелигенције. Дојење је кључни фактор преживљавања, здравља и благостања одојчади и мајки и представља витални део одрживог развоја и значајну компоненту глобалне акције окончања поремећаја ухрањености.

Дојење није искључива одговорност жена – заштита, промоција и подршка дојењу је колективна друштвена одговорност. Подршку мајкама које доје могуће је обезбедити на различите начине. Традиционално, подршку пружа уја, али и шира породица. Потребна је

међутим и подршка шире околине, а поред здравствених радника и саветника за дојење и подршка пријатеља, као и заједнице у целини.

Бројне активности у циљу промоције и подршке дојења треба да омогуће остваривање циља Светске здравствене скупштине – најмање 50% искључиво дојене деце до 2025. године. Иако је до сада учињен значајан помак, потребни су додатни напори како би се програми и политике дојења и остварили у пракси. Зато се активности Светске и Националне недеље дојења ове године усмеравају на:

1. Превенцију свих облика поремећаја ухрањености – ово се односи како на потхрањеност, тако и на прекомерну ухрањеност и гојазност и последичне хроничне незаразне болести. Двоструко оптерећење друштва поремећајима ухрањености представља значајно оптерећење болестима у дужем временском периоду. Процењује се да дојење смањује ризик прекомерне ухрањености и гојазности за око 10% у односу на исхрану млечним формулама. У економски неразвијеним и слабо развијеним земљама дојена деца имају 21% нижи ризик од смртог исхода у првој години живота у поређењу са децом која нису дојена.

2. Обезбеђење здравствено безбедне хране чак и у кризним периодима – подразумева доступност здравствено безбедне хране становништву у сваком тренутку. На доступност утиче више различитих фактора, између осталог различите кризне ситуације као што су природне катастрофе или ратни сукоби. Глобално је око 60 милиона расељених лица од којих значајан проценат чине жене и деца у ризику од различитих поремећаја ухрањености, а који могу имати корист од дојења.

3. Смањење сиромаштва – сиромаштво доприноси појави глади и потхрањености. Дојење је једна од најбољих инвестиција у глобално здравље: сваки долар уложен у дојење даје добит од 35 долара!

Постоји обиље доказа о користима дојења.

Предности дојења за новорођенче/одојче:

- Обезбеђује правилан раст и развој
- Подстиче развој и сазревање одбрамбеног система
- Смањује ризик од гојазности
- Подстиче развој интелигенције
- Штити од многих болести и инфекција
- Смањује ризик од пролива
- Смањује ризик од појаве алергија
- Смањује ризик од синдрома изненадне смрти одојчета.

Предности дојења за мајку:

- Помаже успостављању емоционалне везе са дететом
- Смањује крварење после порођаја
- Доприноси нормализацији телесне масе
- Смањује ризик од појаве остеопорозе
- Смањује ризик од појаве малигних обољења дојке и јајника
- Смањује ризик од постпорођајне депресије
- Смањује ризик појаве анемије.

Светска здравствена организација и UNICEF препоручују:

- рано започињање дојења – први подој требало би да буде у року од једног сата од порођаја
- искључиво дојење током првих 6 месеци живота
- после 24. недеље неопходно је уз дојење започети са увођењем немлечне дохране.

Поводом обележавања Светске и Националне недеље дојења Институт за јавно здравље Србије „Др Милан Јовановић Батут” традиционално расписује конкурс за избор најбољих ликовних и литерарних радова за децу предшколских установа и ученике основних школа на тему „Дојење – темељ живота”. Циљ конкурса је да се подстакне здравственоваспитни рад у предшколским установама и основним школама на тему подршке дојењу као најоптималнијем начину исхране новорођенчади и одојчади. У оквиру обележавања Светске и Националне недеље дојења биће организована и предавања, трибине, изложбе на тему дојења. Циљ активности кампање је скретање пажње здравствене и шире јавности колики је значај дојења којим се обезбеђује најоптималнија исхрана, правилан раст и развој, заштита и унапређење здравља и детета и мајке, као и указивање на значај пружања подршке и помоћи трудницама, и мајкама дојиљама да остваре успешно дојење.