

## **Nacionalna nedelja promocije dojenja 2. oktobar–9. oktobar 2017. godine**

Dojenje je vitalni deo održivog razvoja i značajna komponenta globalne akcije okončanja pothranjenosti. Veće stope isključivog i kontinuiranog dojenja mogu biti postignute samo saradnjom u svim sektorima i kroz sve generacije. Dojenje nije samo pitanje koje se tiče žena, niti isključiva odgovornost žena – zaštita, promocija i podrška dojenju je kolektivna društvena odgovornost koju svi delimo. Podršku majkama koje doje moguće je obezbediti na različite načine. Tradicionalno, podršku pruža uža, ali i šira porodica. Potrebna je, međutim, podrška šire okoline, a pored zdravstvenih radnika i savetnika za dojenje i podrška prijatelja, kao i zajednice u celini.

Dojenje je deo reproduktivnog ciklusa, a žene bi trebalo da budu u mogućnosti da kombinuju dojenje i plaćeni rad bez diskriminacije ili nepovoljnog položaja. Neophodna je zajednička akcija da bismo obezbedili radnu sredinu u kojoj žene u državnom i privatnom sektoru imaju roditeljsku socijalnu zaštitu koja im je potrebna. Dokazi o koristima dojenja su nam dostupni. Znamo da dojenje pomaže preživljavanju odojčadi i pomaže im da napreduju, ima dugoročne zdravstvene koristi za žene, ali i ekonomske koristi za sve.

U našoj zemlji Nacionalna nedelja promocije dojenja obeležava se 40. nedelje u godini koja simbolično predstavlja trajanje trudnoće, a ove godine obeležiće se u periodu od 2. do 9. oktobra pod sloganom „Podržimo dojenje”

Koristi dojenja iskazane kroz četiri tematske oblasti.

### **1. tematska oblast:**

**ISHRANA:** Deca majki dojlja imaju optimalnu ishranu i zaštitu od infekcija.

**BEZBEDNA HRANA:** Majčino mleko je siguran i bezbedan izvor hrane, čak i u vremenima humanitarnih kriza.

**SMANJENJE SIROMAŠTVA:** Dojenje je jeftin način hranjenja bez opterećenja budžeta domaćinstava.

### **2. tematska oblast:**

**PREŽIVLJAVANJE:** Dojenje značajno poboljšava preživljavanje odojčadi, dece i majki.

**ZDRAVLJE I BLAGOSTANJE:** Dojenje značajno poboljšava zdravlje, razvoj i blagostanje odojčadi i dece, kao i majki, i kratkoročno i dugoročno.

### **3. tematska oblast:**

**ŽIVOTNA SREDINA:** Majčino mleko je prirodna, obnovljiva hrana koja štiti životnu sredinu – proizvedena i isporučena bez zagađenja, pakovanja ili otpada.

**KLIMATSKE PROMENE:** Proizvodnja i potrošnja adaptiranih mlečnih formula generiše emisiju gasova staklene bašte koji ubrzavaju globalno zagrevanje.

### **4. tematska oblast:**

**PRODUKTIVNOST ŽENA:** Za poslodavce je korisno da imaju zadovoljnu i produktivnu radnu snagu – manje otpuštanja, veća lojalnost i ređe promene zaposlenih na određenim radnim mestima.

**ZAPOŠLJAVANJE:** Roditeljska zaštita i druge politike zaštite na radnom mestu omogućavaju ženama da kombinuju dojenje sa plaćenim radom.

Mogućnosti za akciju:

1. Obučite timove babica, medicinskih sestara, lekara, nutricionista-dijetetičara, zagovarača u oblasti javnog zdravlja i ostalih radnika u lokalnoj zajednici za dojenje kao način ishrane novorođenčeta i odojčeta.
2. Fokusirajte se na podršku dojenju u ugroženim grupama, npr. mlade majke (adolescenti) i samohrane majke.
3. Delujte zajedno sa organizacijama koje se bore za rodnu ravnopravnost, prava žena i uključivanje očeva u zaštitu, promociju i podršku dojenju.
4. Uključite sve segmente društva u zaštitu, promociju i podršku dojenju, npr. obeležite Svetsku nedelju dojenja ili Nacionalnu nedelju promocije dojenja u vašoj zajednici!

Dojenje je preventivna intervencija sa najvećim potencijalom očuvanja života. To je najjednostavniji, najzdraviji i najekonomičniji način da se obezbedi zadovoljenje potreba novorođenčeta za pravilnom ishranom. Dojenje je ključni faktor preživljavanja, zdravlja i blagostanja odojčadi i majki.

Prednosti dojenja za novorođenče/odojče:

- 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 odojčeta.

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.

**Prema podacima Patronažne službe Doma zdravlja u Nišu za prvih 8 meseci 70% žena doje od prvog dana, 18% doji uz dohranu, a 4% ne doji uopšte. U poslednja 3 meseca 68% dece je na prirodnoj ishrani, 66% majki su samo dojile, a 6% njih prestane da doji. Uglavnom žene doje do 6. meseca.**

**Važno je i da se skrene pažnja javnosti na značaj pružanja podrške majkama da obezbede detetu ishranu dojenjem, što u kriznim i vanrednim situacijama može spasiti život deteta, a često i majke.**