

## **Nacionalna nedelja promocije dojenja 03.10.-10.10.2022.**

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.

Majčino mleko je potreba svakog novorođenčeta, odojčeta i deteta do navršene druge godine života.

Dojenje nije isključiva odgovornost žena. Zaštita, pomoć i podrška dojenju je kolektivna društvena odgovornost.

Majčino mleko je jedinstvena kombinacija hranljivih materija neophodnih za zdravlje deteta i čine ga:

- ❖ 1% proteina,
- ❖ 87% vode,
- ❖ 7% ugljenih hidrata,
- ❖ 1% vitamina, minerala, hormona,
- ❖ 4% masti.

### **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.

**Dojenje je najlepší poklon koji možete dati svom detetu!**