

**PRUŽANJE PODRŠKE MAJKAMA DA OBEZBEDE DETETU ISHRANU DOJENJEM,  
PREDSTAVLJA ZLATAN START U ŽIVOTU I ZLATAN STANDARD U ISHRANI,  
GDE SVI POBEĐUJEMO!**

**Podrška majci: neophodnost**

Na Olimpijskim igrama atletičarima je neophodna podrška porodice, prijatelja, zajednice i sponzora kako bi se što uspešnije takmičili.

Tako je i majkama koje doje neophodna podrška.

Podrška koja se pruža majkama koje doje može da bude formalna kao npr. poseta zdravstvenom radniku ili neformalna, kao što je osmeh neke druge majke koja doji svoje dete.

Podrška majkama se pruža iz profesionalnih i neprofesionalnih izvora – od strane zdravstvenih radnika iz zdravstvenih ustanova koje se brinu o zdravlju trudica i porodilja (doktora, akušerskih, pedijatrijskih i patronažnih sestara, majki dojilja sa pozitivnim iskustvom, grupa za podršku (majke pomažu majkama, pomoć porodici, udruženja roditelja), prijatelja i porodice.

**Podrška majci: dokaz da to funkcioniše**

U nedavno objavljenoj Kohranovoj preglednoj studiji (u kojoj su evaluirane 34 studije iz 14 zemalja) proučavan je efekat pružanja podrške dojenju na dužinu trajanja dojenja (bilo da se radi isključivom dojenju ili o pretežnom dojenju).

U ovoj preglednoj studiji je zaključeno da svi vidovi podrške, bilo profesionalne ili neprofesionalne, a kada se analiziraju zajedno, značajno produžavaju trajanje bilo kog vida dojenja, dok imaju čak veći efekat na trajanje isključivog dojenja.<sup>1</sup> Edukacija zdravstvenih radnika prema Programu SZO/UNICEF-a za uspešno dojenje, značajno je uticala na povećanje dužine isključivog dojenja.

Strategije SZO koje promovišu dojenje, kao i pružanje podrške majkama koje doje u zemljama u razvoju, citiraju nekoliko preglednih studija koje su dokazale da je podrška majkama veoma bitna.

Sikorski i njegovi saradnici identifikovali 20 studija koje su se bavile podrškom dojenja u 10 zemalja i dokazali su da postoji statistički značajan efekat pružanja podrške majkama na bilo koji vid dojenja, a sa najvećim efektom na isključivo dojenje.

Studije su pokazale da pružanje saveta od strane lica koji nisu zdravstveni radnici, ima najveći efekat na dužinu isključivog dojenja, dok pružanje profesionalnih saveta ima najveći efekat na dužinu trajanja bilo kog vida dojenja.

Projekat "LINKAGES" je obuhvatio 4 studije koje su se bavile uticajem prakse koja se primenjuje u bolnicama gde se obavljaju porođaji na povećanje stope isključivog dojenja. Ta praksa se odnosila na:

- Davanje saveta kojima se podržava dojenje,
- Edukacija i trening zdravstvenih radnika u domovima zdravlja i bolnicama za menadžment dojenja (promocija, podrška, uspostavljanje dojenja, održavanje dojenja)
- Posete porodiljama-dojiljama i odojčadi nakon otpusta iz porodilišta (patronažne posete, posete pedijatra).

**Podrška majkama da doje**

Odojčad su prirodno pripremljeni za dojenje i žele da doje. Dojenje obezbeđuje najbolji mogući početak za život, za pravilan rast i razvoj, zaštitu i unapređenje fizičkog i psihičkog

razvoja. Čak i u razvijenim zemljama, nedostatak dojenja je povezan sa povećanim rizikom za preživljavanje i rizikom po zdravlje bebe. Primena veštačke ishrane je povezana sa višom stopom smrtnosti kod beba.

Rano podsticanje i uspostavljanje isključivog dojenja može da spasi više od jednog miliona beba godišnje u svetu.

Ako uporedimo bebe koje doje sa onom koja su na veštačkoj ishrani, bebe koje uzimaju veštačku hranu – češće se razboljevaju od oboljenja koja su u neposrednoj vezi sa ishranom, veći rizik i stopu umaranja i niži indeks inteligencije.

Smatra se da i majke, kao i čitava zajednica, imaju takođe korist od toga što bebe doje. Naime, kod majki koje ili nisu dojile ili su dojile kratko vreme je veći rizik razboljevanja od karcinoma dojke. Takođe, kod majki koje nisu dojile ranije se uspostavlja menstrualni ciklus, a samim tim postoji opasnost da dođe do nove trudnoće, što nosi povećan zdravstveni rizik kako za majke tako i za bebe. Dokazano je da isključivo dojenje smanjuje ekonomske troškove kako porodice tako i zajednice, zdravstvenog sistema, tako i čitavog okruženja.