

**Светска недеља дојења, 1–7. август 2020. године**

**Национална недеља промоције дојења, 28. септембар – 4. октобар 2020. године**

### **„ПОДРЖИ ДОЈЕЊЕ – ЗА ЗДРАВИЈУ ПЛАНЕТУ”**

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 28. септембра до 4. октобра под слоганом „ПОДРЖИ ДОЈЕЊЕ – ЗА ЗДРАВИЈУ ПЛАНЕТУ”. Слоган овогодишње Светске и националне недеље дојења указује нам на важност дојења у очувању животне средине и њен утицај на климатске промене, као и на императив заштите, промовисања и подршке дојењу за здравље људи и здравију животну средину.

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 живота. Састав и количина мајчиног млека прилагођени су узрасту детета и његовим потребама. Осим што задовољава потребу за храном, дете сисањем 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.

Начин на који се бебе хране утиче на очување наше планете. Мајчино млеко је природна, обновљива храна која штити животну средину, произведена и испоручена без загађења, паковања и отпада. Дојење доприноси смањеној емисији угљен-диоксида. Са друге стране, производња и потрошња адаптираних млечних формула има негативан утицај на животну

средину односно доприноси исцрпљивању природних ресурса, деградацији животне средине и емисији гасова стаклене баште (угљен-диоксида, азот-монооксида, метана и других) који изазивају глобално загревање и климатске промене. Све наведено је важно јер очување наше планете утиче на здравље наших будућих генерација.

Циљеви Светске недеље дојења 2020. су:

- информисање о повезаности између дојења и животне средине односно климатских промена,
- истицање добробити дојења на климатске промене и животну средину,
- подстицање на акције у циљу побољшања здравља људи за здравију планету,
- ангажовање што већег броја појединаца и организација да утичу на промоцију и подршку дојењу како би имали здравију планету.

Деградацију животне средине која је последица загађивача у ваздуху, води или храни, прекомерној употреби оскудних ресурса, прекомерном отпаду и уништавању станишта често изазива људска активност. Наши системи производње хране и обрасци потрошње значајно доприносе климатским променама и деградацији животне средине. Зато 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 шест месеци живота,
- континуирано дојење до друге године живота или дуже, уз увођење немлечне дохране у првих шест месеци живота.

Производња хране одговорна је за око 26% емисије гасова стаклене баште, за око 32% глобалне стопе закисељења земљишта и за 78% прекомерне минерализације водених токова. Наша тренутна пракса производње и потрошње хране деградира копнене и водене екосистеме и покреће климатске промене. Стога је важно одговорно коришћење ресурса као што су земља, вода и извори енергије и очување биолошке разноликости.

Коришћење адаптираних млечних формула утиче на животну средину и климу због начина производње, паковања, дистрибуције и начина припреме. Главни састојак већине адаптираних млечних формула је кравље млеко. Индустрија млека обично ослобађа значајне количине метана и других гасова стаклене баште. Поред тога, оброци хране или пашњаци потребни млечним говедима могу довести до крчења шума. То заузврат повећава количину угљен-диоксида, јер стабла више нису доступна да би га апсорбовала и спречила климатске

промене. Храњиви оброци за краве млекаре добијају се од житарица и соје узгајане уз интензивну употребу пестицида и ђубрива. То оставља иза себе још један еколошки траг.

Процеси производње, паковања, дистрибуције и припреме адаптираних млечних формула, као и код већине производње хране, захтевају енергију. Отпад је још један фактор који треба размотрити јер оставља еколошки траг. Металне лименке, ако се не рециклирају, вероватно ће завршити на депонијама, док пластични, алуминијумски и папирни отпад често заврши у нашим океанима.

За производњу и припрему адаптираних млечних формула потребна је вода. Слатка вода је оскудни природни ресурс и зато је треба заштитити. Кључни су сви напори да сачувамо, рециклирамо и напунимо наше изворе воде. С друге стране, за производњу мајчиног млека потребна је храна коју мајка конзумира што резултира готово никаквим отпадом.

Само око 40% свих беба рођених у току године искључиво се доји до шест месеци старости, а само 45% наставља дојење до друге године живота. Често постоји недостатак подршке дојењу, било у здравственом систему, на радном месту или у заједници. Недостатак породилског/родитељског одсуства и подршке на радном месту представља велики изазов за оптимално дојење.

### **Шта можемо да учинимо за здравију планету?**

Дојење је једно од најбољих улагања за спасавање живота деце и побољшање здравственог, социјалног и економског развоја појединаца и нације. Подршка дојењу има краткорочни и дугорочни утицај на здравља наше планете. Потребно је заговарање за дојење као јавноздравствену интервенцију која спасава животе и спречава инфекције и болести у целој популацији и то:

- усклађивање националних и међународних смерница за дојење са иницијативама за заштиту животне средине;
- унапређење примене принципа „болница – пријатељ беба” и промовисање дојења у општој популацији;
- подизање свести доносилаца одлука у циљу препознавања доприноса дојења у смислу здравствено безбедне хране која унапређује животну средину;
- заговарање политике усмерене на смањење емисије угљен-диоксида који се ослобађа при производњи адаптираних млечних формула;

- примена и поштовање одредби Међународног кодекса маркетинга адаптираних млечних формула и одговарајуће резолуције Светске здравствене скупштине;
- заговарање за плаћено породилско одсуство и дојење на радном месту засновано на Конвенцији о заштити материнства од стране Међународне организације рада као минималног стандарда.

## **Друштвена подршка**

Како би успешно спровеле дојење, све жене имају право на подршку друштва, било да је у питању њихова породица, заједница, здравствени систем или подршка на радном месту. Саветовалиште за дојење је врста подршке коју директно женама/родитељима пружају обучени здравствени радници и саветници. Саветовање о дојењу од суштинског је значаја за повећање стопе дојења. Оно има за циљ оснаживање жена/родитеља да доје, поштујући њихове личне ситуације и жеље, а укључује и пружање практичне помоћи и демонстрирање како да се беба стави на груди. Потребно је инвестирати у одговарајуће програме обуке за различите нивое здравствених радника, консултаната за дојење, здравствених радника у заједници. Потребно је информисати заједницу о утицају храњења новорођенчета/одојчета адаптираним млечним формулама на животну средину, у чему значајну улогу између осталих имају и медији. Истовремено је од значаја обезбедити ресурсе за додатна истраживања о утицају адаптираних млечних формула на климу и животну средину.

Циљ кампање је скретање пажње здравствене и шире јавности на значај дојења у обезбеђењу оптималне исхране, правилног раста и развоја, за заштиту и унапређење здравља детета и мајке, заштиту животне средине, као и указивање на значај пружања подршке и помоћи трудницама и мајкама дојиљама да остваре успешно дојење.

Сваке године, у оквиру обележавања Светске и Националне недеље дојења Институт за јавно здравље Србије „Др Милан Јовановић Батут” расписује конкурс за избор најбољих ликовних и литерарних радова за децу предшколских установа и ученике основних школа у Републици Србији. 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. Ове године, због актуелне COVID-19 пандемије, конкурс ће бити расписан на јесен.