



Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας: Πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης WHO: Child Growth Standards

Απόδοση στα ελληνικά:
Αντωνία Τουφίδου*

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

Τι είναι τα ΠΡΟΤΥΠΑ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ της Παγκόσμιας Οργάνωσης Υγείας (Π.Ο.Υ.);

Η Π.Ο.Υ. καταθέτει νέα παγκόσμια πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης για τα νεογνά και τα παιδιά μέχρι ηλικίας 5 ετών. Μ' αυτά τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ. τώρα είναι πιθανό να δούμε ΠΩΣ τα παιδιά πρέπει να μεγαλώσουν.

Για πρώτη φορά καταδεικνύεται ότι η γέννηση των παιδιών σε διαφορετικές περιοχές του κόσμου και με την παροχή της βέλτιστης αρχής στη ζωή τους, έχουν τη δυναμική να αναπτυχθούν και να μεγαλώσουν μέσα στο ίδιο εύρος βάρους και ύψους για κάθε ηλικία.

Τα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ. θα χρησιμοποιηθούν ευρέως ως ένα εργαλείο της Δημόσιας Υγείας, της Ιατρικής και των κυβερνήσεων και οργανισμών υγείας για την παρακολούθηση του "καλώς έχουν" των παιδιών, καθώς και για την ανίχνευση παιδιών ή πληθυσμών που δεν αναπτύσσονται σωστά (υπό ή υπέρ) και μπορεί να χρειάζονται επακριβείς ιατρικές ή δημόσιας υγείας συστάσεις.

Η φυσιολογική ανάπτυξη είναι στοιχειώδης έκφραση υγείας και τρόπος αξιολόγησης των προσπαθειών, που σχεδιάζονται για τη μείωση της παιδικής θνησιμότητας και νοσηρότητας. Γι' αυτό τα καινούργια διαγράμματα αποτελούν ένα απλό εργαλείο εκτίμησης της αποτελεσματικότητας αυτών των προσπαθειών, το οποίο θα είναι παγκοσμίως σε χρήση για ιατρεία, κλινικές και άλλες υπηρεσίες υγείας, καθώς και για ιδρύματα έρευνας, οργανισμούς υπεράσπισης παιδικής υγείας και υπουργεία υγείας.

Με τι μοιάζουν αυτά τα διαγράμματα και τι δείχνουν;

Γονείς, λειτουργοί και επαγγελματίες υγείας παγκοσμίως είναι εξοικειωμένοι με τις αναφορές ανάπτυξης. Στις αναφορές ανάπτυξης οι εκτιμήσεις του ύψους και του βάρους κάθε ηλικίας αξιολογούν την ανάπτυξη των παιδιών που βρίσκονται κάτω από τη φροντίδα τους.

Οι τρέχουσες αναφορές δεν προσδιορίζουν πώς τα παιδιά πρέπει να αναπτυχθούν για το καλύτερο αποτέλεσμα υγείας, αλλά, συνήθως, περιγράφουν απλά πώς αναπτύσσεται ο μέσος όρος των παιδιών. Τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ. προχωρούν ένα βήμα πιο πέρα από τις τρέχουσες αναφορές. Επιτρέπουν να υπολογιστούν ση-

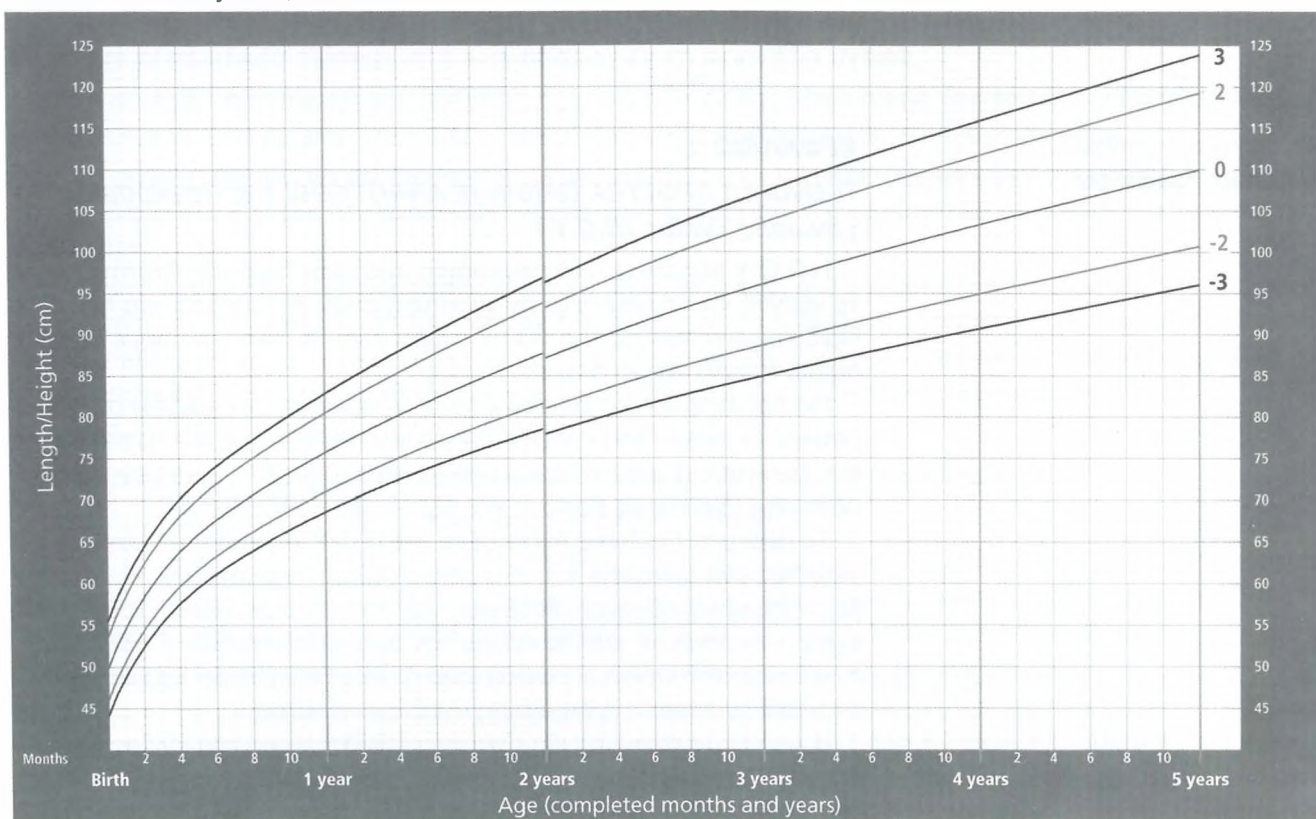
* Μαία 3ου Νοσοκομείου Ι.Κ.Α.

μαντικές μετρήσεις ανάπτυξης, όπως βάρος σώματος και μήκος/ύψος νεογνών και παιδιών απέναντι σε πρότυπα βέλτιστης αξίας. Υπάρχουν διαγράμματα για αγόρια και κορίτσια και για νεογνά μέχρι ενός έτους, καθώς και για παιδιά ηλικίας μέχρι 5 ετών.

Αυτές οι μετρήσεις είναι σημαντικοί δείκτες υγείας και βοηθούν να καθοριστεί κατά πόσον ένα παιδί ή ένας πληθυσμός παιδιών είναι υγιή και αναπτύσσονται καλά. Για παράδειγμα, σε παιδιά που είναι κοντά για την ηλικία τους (κάτω από την κόκκινη γραμμή στο διάγραμμα μήκους/ύψους) ή λιποβαρή (κάτω από την κόκκινη γραμμή στο διάγραμμα βάρους), οι μετρήσεις δείχνουν ότι η υγεία τους μπορεί να είναι συμβιβαστική –όσο παρακάτω από τις κόκκινες γραμμές, τόσο περισσότερο καταδεικνύεται πρόβλημα υγείας (Διάγραμμα 1).

Length/height-for-age BOYS

Birth to 5 years (z-scores)



Διάγραμμα 1. Μετρήσεις μήκους/ύψους αγοριών ηλικίας 1-5 ετών.

WHO Child Growth Standards

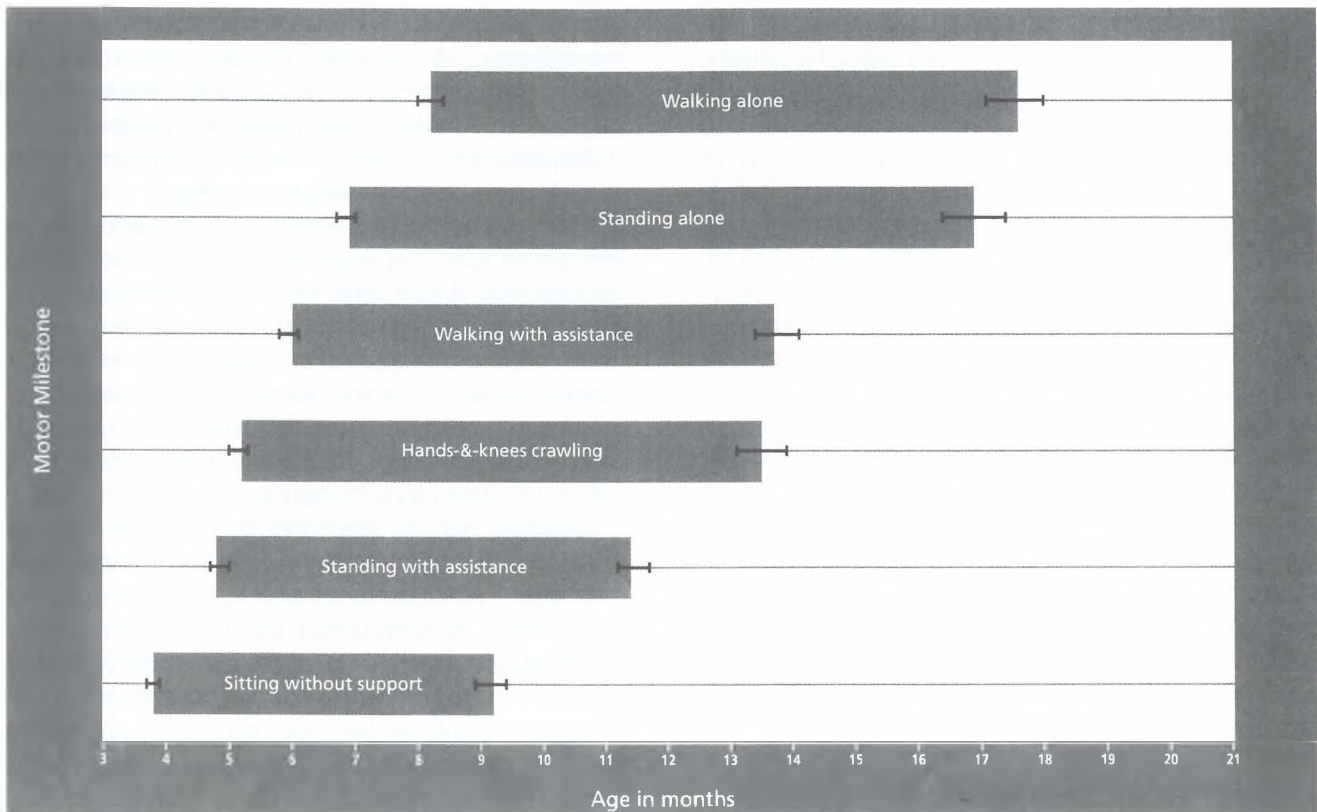
Στην κλινική πρακτική αυτές οι μετρήσεις βοηθούν στην πρώιμη διάγνωση ασθένειας και την παρακολούθηση προόδου στη διάρκεια της θεραπείας. Σημαντικότερο στοιχείο για πρώτη φορά σήμερα, είναι η ύπαρξη προτύπων διαγραμμάτων BMI (Δείκτης Μάζας Σώματος) για νήπια 5 ετών, τα οποία είναι ιδιαίτερα χρήσιμα για την παρακολούθηση της αυξανόμενης επιδημίας της παιδικής παχυσαρκίας. Επιπρόσθετα, τα καινούργια πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης περιλαμβάνουν ακόμη τα "Παράθυρα Επιτευγμάτων", περιγράφοντας το εύρος και το χρόνο για έξι κλειδιά κινητικής ανάπτυξης, θεμελιώδη για παιδιά, όπως το κάθισμα, η όρθια στάση και το περπάτημα (Διάγραμμα 2).

Συνολικά υπάρχουν περισσότερα από 30 διαγράμματα Παιδικής Ανάπτυξης. Οι περισσότεροι γιατροί, προαγωγοί υγείας και γονείς θα χρησιμοποιήσουν μόνο λίγα απ' αυτά, π.χ. μήκους/ύψους, βάρους, BMI, αλλά οι ερευνητές κι αυτοί που εργάζονται σε επίπεδο πληθυσμών θα χρησιμοποιήσουν ένα ευρύ φάσμα διαγραμμάτων για μετρήσεις και αξιολόγηση.

Σε τι διαφέρουν τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ. από τα υπάρχοντα διαγράμματα ανάπτυξης;

Τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ. παρουσιάζουν μια σειρά από καινοτόμες διαφορές

Windows of Achievement



WHO Child Growth Standards

Διάγραμμα 2. “Παράθυρα Επιτευγμάτων” για τα 6 κλειδιά θεμελιώδους κινητικής ανάπτυξης παιδιών.

από οποιαδήποτε υπάρχοντα διαγράμματα ανάπτυξης:

- Περιγράφουν για πρώτη φορά “πώς τα παιδιά πρέπει να μεγαλώνουν”, που είναι μια κατευθυντήρια προσέγγιση, όχι μόνο περιγραφική.

- Δείχνουν ότι όλα τα παιδιά, σ’ όλες τις γεωγραφικές περιοχές μπορούν να κατορθώσουν ένα παρόμοιο πρότυπο βάρους, ύψους και ανάπτυξης με σωστές διατροφικές πρακτικές, καλή φροντίδα υγείας και υγιές περιβάλλον. Αυτός είναι ένας περισσότερο δραστικός τρόπος για τη μέτρηση και αξιολόγηση της παιδικής ανάπτυξης, θέτοντας “εκτός” κανονιστικές συνθήκες και αξιολογώντας παιδιά και πληθυσμούς ενάντια σ’ αυτά τα πρότυπα.

- **Χαρακτηριστικό κλειδί των νέων προτύπων είναι ότι καθιερώνεται ο Μητρικός Θηλασμός ως το “βιολογικό” πρότυπο και το νεογνό που θήλασε, ως το πρότυπο για τη μέτρηση υγιούς ανάπτυξης.** Τα προηγούμενα διαγράμματα αναφοράς βασίζονταν στην ανάπτυξη νεογνών που σιτίζονταν με μεικτή διατροφή (μητρικός θηλασμός και τεχνητή διατροφή).

- Το συγκεκριμένο δείγμα παιδιών από τις 6 συμμετέχουσες χώρες επιτρέπει την ανάπτυξη ενός αληθινού διεθνούς προτύπου, που έρχεται σε αντίθεση με την προηγούμενη διεθνή αναφορά, η οποία βασίστηκε σε παιδιά από μια μόνο χώρα.

- Η ανάπτυξη για πρώτη φορά της προτυποποίησης του BMI (Δείκτης Μάζας Σώματος) σε διαγράμματα για νήπια 5 ετών, είναι μια τεράστια καινοτομία στον καθορισμό υγιούς βάρους των παιδιών.

- Η ανάπτυξη του νέου προτύπου “Παράθυρα Επιτευγμάτων” για τα 6 κλειδιά θεμελιώδους κινητικής ανάπτυξης θα προάγει ένα μοναδικό σύνδεσμο μεταξύ φυσιολογικής ανάπτυξης και κινητικής εξέλιξης.

Πώς προέκυψαν τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ.;

Τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ. είναι το αποτέλεσμα εντατικής μελέτης, που έθεσε σε εφαρμογή η Π.Ο.Υ. το 1997 για να αναπτύξει ένα νέο διεθνές πρότυπο εκτίμησης της φυσιολογικής ανάπτυξης, ένα “status” θρέψης και κινητικής ανά-

πτουξης από τη γέννηση μέχρι την ηλικία των 5 ετών. Ως αποτέλεσμα αυτού του σχεδιασμού, η MGRS μελέτη (The Multicentre Growth Reference Study) ήταν ένα κοινοτικό βασισμένο σχέδιο πολλών χωρών, που διενεργήθηκε στη Βραζιλία, Γκάνα, Ινδία, Νορβηγία, Ομάν και στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής.

Πολύ μεγάλη σημασία για το σχεδιασμό του ερευνητικού έργου αποτέλεσε το γεγονός ότι τα 8.440 παιδιά, που περιλήφθηκαν στη μελέτη, μεγάλωσαν σε περιβάλλον που προάγει την υγιή ανάπτυξη, όπως η διατροφή με μητρικό θηλασμό, οι καλές διατροφικές συνήθειες και η πρόληψη-έλεγχος των λοιμώξεων. Επιπρόσθετα, οι μητέρες τους ακολούθησαν υγιείς πρακτικές, όπως αποχή από το κάπνισμα κατά τη διάρκεια και μετά την εγκυμοσύνη, καθώς και διασφάλιση ικανοποιητικής φροντίδας υγείας για τα παιδιά.

Αυτό το σχέδιο καθοδηγήθηκε από την Π.Ο.Υ. και υποστηρίχθηκε από αρκετές κυβερνήσεις, μη κυβερνητικούς οργανισμούς, το Πανεπιστήμιο των Ηνωμένων Εθνών και άλλους διεθνείς φορείς. Υποστηρίχθηκε οικονομικά από τις κυβερνήσεις της Βραζιλίας, Ολλανδίας, Νορβηγίας, Ομάν, Ηνωμένων Πολιτειών της Αμερικής και το "Bill & Melinda Gates Foundation".

Πότε και πώς θα είναι διαθέσιμα τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης στις χώρες και στους λειτουργούς υγείας;

Τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ. θα είναι διαθέσιμα από την ημέρα κατάθεσης (27 Απριλίου 2006) στην ιστοσελίδα της Π.Ο.Υ. (www.who.int/childgrowth), για προσφυγή, αποθήκευση και χρήση. Υπουργεία υγείας, εθνικοί παιδιατρικοί σύλλογοι και άλλοι παράγοντες-κλειδιά στις αποφάσεις υγείας θα καθορίσουν κατά πόσο και πότε θα υιοθετηθούν επίσημα από τις χώρες τους.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

Γιατί χρειάζονται τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης;

Το 1997 η Π.Ο.Υ. αποδέχθηκε μια αναλυτική ανασκόπηση από παραπομπές για την παιδική ανάπτυξη. Η ανασκόπηση συμπέρανε ότι ήταν πια η ώρα να αναπτυχθούν νέα πρότυπα, που να δείχνουν πώς τα παιδιά πρέπει να μεγαλώνουν σ' όλες τις χώρες, από το να περιγράφουν απλώς το πώς αναπτύσσονταν σε συγκεκριμένο τόπο και χρόνο.

Οι υπάρχουσες αναφορές παρέχουν μια βάση για να γίνονται μόνο συγκρίσεις. Δεν επιτρέπουν αξιο-

λόγηση και κρίση. Από το άλλο μέρος, τα πρότυπα θέτουν βασικά στοιχεία και γι' αυτό είναι περισσότερο αποτελεσματικοί οδηγοί για αξιολογητές σε παρεμβάσεις για την προαγωγή υγιούς ανάπτυξης και αύξησης. Ένα διεθνές πρότυπο, που να δείχνει πώς τα παιδιά πρέπει να μεγαλώσουν, επιτρέπει τις συγκρίσεις διαμέσου των χωρών και μπορεί να καθοδηγήσει στρατηγική και υποστήριξη προσπαθειών υπεράσπισης της παιδικής υγείας.

Με την προσεκτική επιλογή των παιδιών της έρευνας για τη βέλτιστή τους ανάπτυξη, τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ. παρέχουν ένα βασικό, απλό εργαλείο εκτίμησης του πόσο καλά παρέχουμε ως άτομα και ως κοινωνία το καλύτερο δυνατό ξεκίνημα για τον κόσμο των παιδιών. Τα μεγαλύτερα οφέλη προκύπτουν όταν αυτές οι μετρήσεις συνδυάζονται με δράση και χρησιμοποιούνται για να αξιολογήσουν τη διαδικασία.

Ιδεωδώς, τα νέα πρότυπα θα παρέχουν τα εργαλεία για βελτιώσεις στη γνώση και τις πρακτικές δεξιότητες μεταξύ των επαγγελματιών υγείας. Για παράδειγμα, οι επαγγελματίες υγείας θα είναι περισσότερο ικανοί να αναγνωρίζουν και τα δυο, δηλ. την μεγάλη πτώση (κάτω του φυσιολογικού) ή την υπερβολική αύξηση βάρους στα παιδιά και να βοηθούν αποτελεσματικά στην πρόληψη του υποσιτισμού, της παχυσαρκίας και του πλεονάζοντος βάρους, καθώς και στα προβλήματα υγείας τα οποία θα προκύψουν απ' αυτές τις καταστάσεις.

Τι διαφορές θα προκύψουν για τα παιδιά από τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης;

Σήμερα έχουμε επιστημονικά δεδομένα, που αποδεικνύουν ότι νεογνά και παιδιά από διάφορες γεωγραφικές περιοχές του κόσμου βιώνουν παρόμοια πρότυπα ανάπτυξης, όταν οι διατροφικές ανάγκες και η υγεία τους συναντώνται. Αυτό μας παρέχει ένα ιδιαίτερα σημαντικό και επιστημονικά εύχρηστο εργαλείο για να υπακούσουμε στο "δικαίωμα του παιδιού" να μεγαλώσει.

Τα πρότυπα χρησιμεύουν ως "μεζούρα" με την οποία εκτιμάται η ανάπτυξη ενός παιδιού ή ενός πληθυσμού παιδιών. Θα χρησιμεύσουν ως ένα θεμελιώδες κλειδί για την υπεράσπιση, εφαρμογή και υπολογισμό των επιδιώξεων για την υγεία, καθώς και των ενδείξεων, όπως οι 7 MDGs (Millennium Development Goals-Σκοποί Ανάπτυξης Χιλιετίας).

Τα πρότυπα θα παίξουν άμεσα ρόλο στην παρακολούθηση της προόδου διαμέσου της συνάντησης τεσσάρων από τους 7 MDGs -και έμμεσα με τους άλλους τρεις- σε τοπικό, εθνικό και διεθνές επίπεδο.

Η ευπάθεια της υγείας των νεογνών και μικρών παιδιών καθιστά τους υπολογισμούς της ανάπτυξης ενός παιδιού “δείκτη-φρουρό” της υγείας και της κοινωνικοοικονομικής ανάπτυξης των κοινοτήτων στις οποίες ζουν. Μέχρι τώρα δεν υπήρχε ένα κατάλληλο εργαλείο μέτρησης. Παρόμοια, ο νέος BMI (Body Mass Index-Δείκτης Μάζας Σώματος)-πρότυπο μέτρησης για παιδιά στην ηλικία των 5 ετών- θα επιτρέπει πρώιμη ανίχνευση και πρόληψη της παχυσαρκίας και του πλεονάζοντος βάρους στα μικρά παιδιά. Επίσης, τα πρότυπα θα εξυπηρετήσουν επιπλέον την Παγκόσμια Οργάνωση Δικαιωμάτων του Παιδιού, που αναγνωρίζει τα καθήκοντα και τις υποχρεώσεις μας προς τα παιδιά, τα οποία δεν μπορούν να έχουν μια φυσιολογική ανθρώπινη ανάπτυξη χωρίς την προσοχή μας.

Τα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ. προέρχονται από ένα παγκόσμιο δείγμα παιδιών και βασίζονται στην πραγματικότητα, ότι δηλ. περιβαλλοντολογικές διαφορές, εκτός από τις γενετικές, είναι ο κυρίαρχος καθοριστής της ανισότητας στη φυσική ανάπτυξη και ότι είναι ένα σημαντικό βήμα προς την επίτευξη του δικαιώματος κάθε παιδιού να μεγαλώσει και να είναι υγιές.

Ποιές είναι οι βέλτιστες συνθήκες για την παιδική ανάπτυξη;

Τα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ. βασίζονται σε σημαντικές “νόρμες” για την παιδική φροντίδα, διατροφή και υγεία. Για παράδειγμα:

- Οι έγκυρες διατροφικές πρακτικές είναι σημαντικές κατά την παιδική ηλικία: ο ελεύθερος και αποκλειστικός μητρικός θηλασμός θα πρέπει να υποστηρίζεται, να προστατεύεται και να προάγεται και στα παιδιά πρέπει να εξασφαλίζονται ασφαλείς, υγιεινές και θρεπτικά κατάλληλες τροφές στη διάρκεια της περιόδου συμπληρωματικής διατροφής (βλέπε Κεφ. 3).

- Η πλήρης εφαρμογή των επιδιώξεων της Παγκόσμιας Στρατηγικής για τη Διατροφή Παιδιών και Νεογνών (Global Strategy for Infant and Young Child Feeding) (2002), όπως επίσης των διεθνών Κατευθυντήριων Οδηγιών για την παιδική διατροφή είναι σημαντικές. Τα βρέφη που θήλασαν είναι βρέφη-πρότυπα, ένα χαρακτηριστικό που είναι τεκμηριωμένο με τις καινούργιες αναφορές (βλέπε Κεφ. 3).

- Οι εμβολιασμοί και η καλή φροντίδα υγείας θα πρέπει να είναι διαθέσιμα και προσβάσιμα σ’ όλα τα νεογνά, τα μικρά παιδιά και τις οικογένειες, και οι κοινότητές τους θα πρέπει να κάνουν ό,τι μπορούν

για να διασφαλίσουν μια καλή εγκυμοσύνη.

- Οι έγκυες και οι μητέρες θα πρέπει να αποθαρρύνονται για τη χρήση του καπνού.

Το πρώτο βήμα θα πρέπει να είναι η εφαρμογή των νέων προτύπων σε κάθε χώρα και η διασφάλιση ότι κάθε παιδί έχει το δικό του διάγραμμα βάσει του ρυθμού ανάπτυξής του, που υπολογίζεται ακολουθώντας έναν κατάλληλο επανέλεγχο.

Είναι τα καινούργια πρότυπα κατάλληλα για τα παιδιά στις αναπτυσσόμενες χώρες;

Τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης είναι παγκόσμια και για όλα τα παιδιά. Έχουν σκοπό την παρακολούθηση της ανάπτυξης κάθε παιδιού παγκοσμίως, ανεξάρτητα της εθνικότητας, της κοινωνικοοικονομικής θέσης και του τύπου διατροφής. Γι’ αυτό εύκολα εννοείται, ότι τα πρότυπα είναι κατάλληλα για χρήση τόσο στις αναπτυσσόμενες όσο και στις αναπτυσσόμενες χώρες.

Πολλές αναπτυσσόμενες χώρες αντιμετωπίζουν το πρόβλημα της παιδικής παχυσαρκίας, αλλά έχουν δικές τους καμπύλες ανάπτυξης, που αναγνωρίζουν το πρόβλημα αφού το παιδί έχει γίνει παχύσαρκο. Για τέτοιες χώρες τα νέα πρότυπα θα είναι ένα χρήσιμο εργαλείο για την αναγνώριση υπέρβαρων και παχύσαρκων παιδιών πριν αυτά γίνουν προβλήματα, που είναι τόσο δύσκολο να ελεγχθούν ή να προβλεφθούν.

Τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ. προάγουν ένα σταθερό εργαλείο για να βοηθηθεί και να προαχθεί η υγεία και η κάλυψη των θρεπτικών αναγκών όλων των παιδιών του κόσμου.

Πώς θα χρησιμοποιηθούν τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ. από:

α) Λειτουργούς υγείας: τα νέα πρότυπα και υλικά εκπαίδευσης δίνουν τη δυνατότητα στους λειτουργούς υγείας, μ’ ένα αποτελεσματικό διαγνωστικό εργαλείο για την εκτίμηση της ανάπτυξης των παιδιών που φροντίζουν, να εξασφαλίσουν έγκαιρα την κατάλληλη θεραπεία, αν αυτό είναι απαραίτητο και να συμβουλευθούν τους γονείς/κηδεμόνες.

β) Διατροφολόγους: τα νέα πρότυπα θα χρησιμεύσουν ως ένα εύχρηστο εργαλείο για τον υπολογισμό και την εκτίμηση της κατάστασης θρέψης ατόμων ή πληθυσμών και την παρακολούθηση της παιδικής ανάπτυξης και εξέλιξης.

γ) Παιδιά και σύμβουλους υγείας: ως ένα εργαλείο που υπογραμμίζει το δικαίωμα του κάθε παιδιού να μεγαλώσει με το δικό του ρυθμό. Αποδεικνύο-

ντας ότι παιδιά από διάφορες γεωγραφικές περιοχές αναπτύσσονται παρόμοια, μπορεί να προάγει και να προστατεύσει το δικαίωμα του παιδιού να αναπτυχθεί φυσιολογικά. Επίσης, τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ. προάγουν ένα μέσο υπεράσπισης για την προστασία, προαγωγή και υποστήριξη του μητρικού θηλασμού και της κατάλληλης συμπληρωματικής διατροφής, και κατ' αυτόν τρόπο την πλήρη εφαρμογή της Παγκόσμιας Στρατηγικής για τη Διατροφή Παιδιών και Νεογνών (Global Strategy for Infant and Young Child Feeding) (2002).

δ) Γονείς/κηδεμόνες: ως ένα εργαλείο για την καλύτερη παρακολούθηση της ανάπτυξης των παιδιών έως την ηλικία των 5 ετών, για την κατανόηση και υιοθέτηση διατροφικών συστάσεων, όπως επίσης και για την έγκαιρη αναζήτηση φροντίδας υγείας για τα παιδιά τους.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

Ποιά είναι η σύνδεση μεταξύ των νέων προτύπων Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ. με τις πρακτικές διατροφής των νεογνών και παιδιών;

Η ανάπτυξη ενός νεογνού είναι στενά συνδεδεμένη με το πώς σιτίζεται. Η θρεπτική και ανοσολογική αξία και τα οφέλη ανάπτυξης από το μητρικό θηλασμό έχουν αποδειχθεί. Έτσι, **το βρέφος που θηλάζει είναι το βρέφος-πρότυπο για φυσιολογική ανάπτυξη.**

Η αξία του μητρικού γάλακτος, τόσο για την υγιή ανάπτυξη όσο και για τη γνωστική εξέλιξη αλλά και τη μακροπρόθεσμη υγεία, παρέχει μια καθαρή επιχειρηματολογία για να βασιστούν τα νέα πρότυπα στα θηλάζοντα νεογνά.

Σε σχέση λοιπόν με τα προηγούμενα διαγράμματα ανάπτυξης που χρησιμοποιήθηκαν για τη μέτρηση νεογνών και παιδιών, τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ. βασίζονται στην προϋπόθεση ότι το νεογνό που θηλάζει έχει την πλέον φυσιολογική και υγιή ανάπτυξη μεταξύ των βρεφών.

Μέχρι τώρα οι υπάρχουσες αναφορές παιδικής ανάπτυξης βασίζονταν σε νεογνά που είχαν μεικτή ή τεχνητή διατροφή, αλλά αυτή η διαφοροποίηση δεν είχε ελεγχθεί σ' αυτές τις πρώτες μελέτες.

Επειδή τα βρέφη που θηλάζουν είναι βρέφη-πρότυπα, το σχήμα της καμπύλης στα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ. διαφέρει από τις προηγούμενες αναφορές, ιδίως κατά τη διάρκεια των πρώτων 6 μηνών της ζωής όπου η ανάπτυξη είναι ραγδαία. Επιπρόσθετα, τα παιδιά που αξιολογήθηκαν στη μελέτη σιτίστηκαν μετά τους πρώτους 6

μήνες σύμφωνα με τις κατευθυντήριες οδηγίες για συμπληρωματική διατροφή, όπως αυτές συστήνονται στην Παγκόσμια Στρατηγική για τη Διατροφή Παιδιών και Νεογνών.

Τι είναι η Παγκόσμια Στρατηγική για τη Διατροφή Παιδιών και Νεογνών;

Η διατροφή των νεογνών και μικρών παιδιών είναι θεμελιώδης λίθος φροντίδας για την παιδική εξέλιξη.

Π.Ο.Υ. και UNICEF ενωμένες ανέπτυξαν το 2002 την Παγκόσμια Στρατηγική για τη Διατροφή Παιδιών και Νεογνών. Σκοπός της να χρησιμοποιηθεί στις χώρες ως οδηγός ανάπτυξης πολιτικών απευθυνόμενων σε πρακτικές διατροφής, ανάπτυξης, υγείας και συνεπώς στην ίδια την επιβίωση των νεογνών και παιδιών.

Η Παγκόσμια Στρατηγική για τη Διατροφή Παιδιών και Νεογνών δηλώνει ότι ο μητρικός θηλασμός είναι ένας απαραίτητος τρόπος παροχής ιδανικής τροφής για την υγιή ανάπτυξη και εξέλιξη των νεογνών. Συστήνει ότι τα νεογνά θα πρέπει να θηλάζουν αποκλειστικά τους πρώτους 6 μήνες της ζωής τους για να επιτευχθεί ευνοϊκότερη ανάπτυξη, εξέλιξη και υγεία. Κατόπιν, για να καλυφθούν οι θρεπτικές απαιτήσεις ανάπτυξης θα πρέπει να ληφθούν κατάλληλες και ασφαλείς συμπληρωματικές τροφές, ενώ ο μητρικός θηλασμός συνεχίζεται μέχρι τα 2 χρόνια ή και παραπέρα.

Συμπληρωματική διατροφή είναι η επιπρόσθετη τροφή και υγρά πλούσια σε θρεπτικά συστατικά, που συστήνεται για παιδιά μετά τους πρώτους 6 μήνες ζωής.

Η μετάβαση από τον αποκλειστικό μητρικό θηλασμό στη συμπληρωματική διατροφή, τυπικά καλύπτει την περίοδο από τους 6 μέχρι τους 18-24 μήνες και είναι μια πολύ ευαίσθητη περίοδος. Είναι η χρονική περίοδος που ξεκινούν οι κακές διατροφικές συνήθειες σε πολλά παιδιά. Έτσι είναι ουσιώδες, ότι τα νεογνά λαμβάνουν κατάλληλη, επαρκή και ασφαλή συμπληρωματική τροφή για να διασφαλιστεί η σωστή μετάβαση από το μητρικό θηλασμό στην πλήρη χρήση της οικογενειακής τροφής.

Η Παγκόσμια Στρατηγική για τη Διατροφή Παιδιών και Νεογνών βασίζεται στην απόδειξη ότι η διατροφή παίζει σημαντικό ρόλο στους πρώτους μήνες και χρόνια της ζωής, καθώς και στη σημασία των κατάλληλων διατροφικών συνηθειών στην επίτευξη ευνοϊκότερης υγείας.

Η έλλειψη μητρικού θηλασμού μπορεί να εγείρει παράγοντες κινδύνου για ασθένειες. Το μακροπρό-

θεσμο αποτέλεσμα μπορεί να περιλαμβάνει μέτρια απόδοση στο σχολείο, μειωμένη παραγωγικότητα, εξασθενημένη διανοητική και κοινωνική ανάπτυξη ή χρόνιες ασθένειες.

Ακατάλληλη ανάπτυξη νεογνού οφειλόμενη σε φτωχή διατροφή, οδηγεί τα παιδιά πολλών αναπτυσσόμενων χωρών σε υποσιτισμό, που αν αργότερα συνδυαστεί με αυξανόμενη πρόσληψη θερμίδων, π.χ. υδρογονάνθρακες, λίπη κλπ., θα έχει ως αποτέλεσμα το υπερβολικό βάρος σώματός τους ή την παχυσαρκία. Είναι συνηθισμένο το φαινόμενο, ένα υποσιτιζόμενο παιδί να γίνεται αργότερα ένας υπέρβαρος ενήλικας. Αυτό έχει αρχίσει να γίνεται γνωστό ως “η διπλή επιβάρυνση της κακής ποιότητας διατροφής”.

Πώς τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης της Π.Ο.Υ. θα υποστηρίξουν την εφαρμογή της Παγκόσμιας Στρατηγικής για τη Διατροφή Παιδιών και Νεογνών;

Τα πρότυπα είναι ένα νέο χρήσιμο εργαλείο για την παρακολούθηση της νεογνικής και παιδικής ανάπτυξης και για την αξιολόγηση της εφαρμογής της Παγκόσμιας Στρατηγικής. Αποτελούν μέσο υπεράσπισης, προαγωγής, υποστήριξης και προστασίας του μητρικού θηλασμού και της κατάλληλης συμπληρωματικής διατροφής.

Η πλήρης εφαρμογή των επιδιώξεων της Παγκόσμιας Στρατηγικής θα δημιουργήσει υποστηρικτικό

περιβάλλον για τις μητέρες ώστε να μπορέσουν να θηλάσουν τα παιδιά τους.

Τα νέα πρότυπα Παιδικής Ανάπτυξης παρέχουν με τις κατάλληλες μετρήσεις ένα εργαλείο με το οποίο οι γονείς, οι επαγγελματίες υγείας, οι τεχνοκράτες, οι διατροφολόγοι κ.ά. αξιολογούν και ελέγχουν την υγιή ανάπτυξη, τη διασφάλιση έγκαιρης διάγνωσης και θεραπείας, τη σύσταση και υιοθέτηση θετικών διατροφικών πρακτικών.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Λόγω οικονομίας χώρου οι υπόλοιπες “Καμπύλες Παιδικής Ανάπτυξης” θα δημοσιευθούν σε επόμενο τεύχος του “ΕΛΕΥΘΩ”.

1ο Σεμινάριο του Σ.Ε.Μ.Α. για το Μητρικό Θηλασμό

Αγαπητοί Συνάδελφοι,

Στο πλαίσιο του εορτασμού της “Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού” (1-7 Νοεμβρίου), ο Σ.Ε.Μ.Α. με την Αιγίδα του Υ.Υ.Κ.Α. θα πραγματοποιήσει από τις 3-7 Νοεμβρίου 2008 στο Μαιευτήριο “ΛΗΤΩ” το “1ο Σεμινάριο Μητρικού Θηλασμού”. Καλούμε τις Μαίες, Μαιευτές, Γυναικολόγους και Παιδιάτρους, που ενδιαφέρονται να το παρακολουθήσουν, να δηλώσουν έγκαιρα συμμετοχή. Σας επισημαίνουμε ότι:

- Η παρακολούθηση είναι υποχρεωτική.
- Θα δοθούν Βεβαιώσεις Παρακολούθησης.
- Απαραίτητη προϋπόθεση είναι η ταυτότητα μέλους του Σ.Ε.Μ. στον οποίο ανήκετε.
- Ο αριθμός των συμμετεχόντων είναι περιορισμένος και θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας.

Πληροφορίες για το Σεμινάριο και για δήλωση συμμετοχής στο Σ.Ε.Μ.Α.:
Τηλ. και Fax: 210. 6465691, 210. 6429675, E-mail: sema-icm@otenet.gr