

„Ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia niemowląt w wieku 6 i 12 mies. w populacji polskiej”

– skrócony opis badania

Projekt był realizowany na zlecenie Fundacji „Nutricia” przez: Instytut „Pomnik-Centrum Zdrowia Dziecka” (przez panią dr Annę Stolarczyk we współpracy z prof. dr hab. n. med. Piotrem Sochą), Instytut Badawczy SMG/KRC MillwardBrown i Grupę LuxMed.

Celem badania była ocena sposobu żywienia niemowląt i zwyczajów żywieniowych w odniesieniu do znowelizowanego w 2008r Schematu żywienia niemowląt, ocena wartości odżywczej diety niemowląt oraz ocena stanu odżywienia niemowląt na podstawie wskaźników antropometrycznych i wybranych wskaźników badań z krwi.

Badanie było realizowane w 2011r w losowo dobranej próbie 317 zdrowych niemowląt (odpowiednio 158 i 159 niemowląt w wieku 6 i 12 mies.), proporcjonalnie do liczby mieszkańców i miejsca zamieszkania (województwo, miasto/wieś). Losowanie przeprowadzono na podstawie nr PESEL.

Dane zbierano w oparciu o kwestionariusz wywiadu metodą CAPI (*Computer Aided Personal Interview*) oraz dzienniczki 24-godzinnej rejestracji spożycia. Stan odżywienia niemowląt oceniano w oparciu o podstawowe pomiary antropometryczne (masa i długość ciała) oraz badania biochemiczne (morfologia, wit. 25(OH)D, TSH, ferrytyna).

Dane z kwestionariuszy (N=317) dotyczą m. in. ciąży i porodu, suplementacji diety matki w czasie ciąży i laktacji, suplementacji diety niemowląt, karmienia piersią, rozszerzania diety, wieku wprowadzenia do diety mięsa, glutenu i jajka, charakterystyki posiłków mlecznych i uzupełniających, liczby posiłków, pojenia niemowląt, udziału w diecie dań gotowych i posiłków domowych oraz znajomości schematu żywienia niemowląt.

Na podstawie danych z dzienniczków rejestracji spożycia oceniono liczbę wszystkich posiłków, w tym liczbę karmień piersią, liczbę i sposób przygotowania posiłków mlecznych i uzupełniających oraz określono najczęstsze błędy w żywieniu niemowląt. Obliczono przeciętną wartość odżywczą diety niemowląt karmionych mlekiem modyfikowanym.

WYBRANE WYNIKI BADANIA

1. W 6 mż. blisko połowa niemowląt (41%) jest nadal karmiona piersią, w wieku 12 mies. – co 4. dziecko jest nadal karmione piersią.
2. 17% mam 6-mies. niemowląt nie zaczęło jeszcze rozszerzać diety swojego dziecka.
3. Szczególnym problemem okresu niemowlęcego jest nadmierna liczba posiłków/karmień w ciągu doby. Tylko ¼ niemowląt 6-mies. i 1/3 niemowląt 12-mies. jest karmiona 5-6 razy na dobę, a ponad 20% niemowląt zarówno 6 mies. jak i 12 mies. je posiłki 10 i więcej razy na dobę, nie licząc drobnych przekąsek.
4. Około 1/5 matek przygotowuje mleko modyfikowane niezgodnie z zaleceniami producenta odnośnie proporcji wody i mleka w proszku
5. Gluten w diecie niemowląt 6-mies. wprowadziło blisko 60% mam, mimo zalecenia, by wprowadzać gluten przed ukończeniem pierwszego półrocza.
6. Nadal nie wszystkie niemowlęta są suplementowane witaminą D, przy czym suplementacja stosowana jest w bardzo zróżnicowanych dawkach (10-70 mcg/dobę),
7. Wykazano wysoką częstość występowania niedoborów witaminy D u niemowląt, przy czym częstość niedoborów była wyższa w grupie niemowląt 12-mies., niż 6-mies.

8. Niemowlęta karmione wyłącznie mlekiem krowim miały stężenie ferrytyny i HgB poniżej normy.
9. U niemowląt 12-mies. karmionych prawie wyłącznie piersią zaobserwowano obniżone stężenie ferrytyny.
10. U dzieci 6-mies. nie obserwuje się istotnego ryzyka niedoboru: energii, białka, węglowodanów, sodu, potasu, wapnia, fosforu, magnezu, witaminy A, witaminy E, kwasu foliowego oraz witaminy C, natomiast u dzieci 12-mies. nie obserwuje się istotnego ryzyka niedoboru: energii, białka, węglowodanów, potasu, wapnia, fosforu, witaminy A, witaminy E, kwasu foliowego oraz witaminy C.
11. Spożycie białka w ilościach większych od zapotrzebowania stwierdzono u 93% dzieci 6-mies. i 12-mies.
12. Obecnie dostępne Normy Żywienia dla niemowląt nie pozwalają na określenie nadmiernego spożycia określonych składników odżywczych.

WNIOSKI

1. Szczególnym problemem okresu niemowlęcego jest nadmierna liczba posiłków/karmień w ciągu doby.
2. Należy zwrócić uwagę na sposób przygotowania mleka modyfikowanego, gdyż nie zawsze rodzice postępują zgodnie z zaleceniem producenta.
3. Nadal funkcjonują dawne przyzwyczajenia późnego wprowadzania glutenu do diety.
4. Istotnym problemem trwającym od wielu lat jest nieodpowiednia suplementacja witaminy D, przy czym częstość suplementacji obniża się wraz z wiekiem niemowlęcia i stosowane są różne dawki, często odbiegające od rekomendacji. Badania biochemiczne wskazują na wysoką częstość niedoboru witaminy D u niemowląt.
5. Niedokrwistość nie jest częstym problemem i wiąże się głównie z dużymi błędami żywieniowymi jak np. karmienie wyłącznie mlekiem krowim lub karmienie prawie wyłącznie piersią.
6. Pokrycie normy zapotrzebowania na energię oraz na makroskładniki odżywcze zasadniczo jest zadowalające.
7. Należy zwrócić uwagę na spożywanie posiłków stołu rodzinnego już przez niemowlęta, co przy nieprawidłowej diecie rodziców może kształtować złe zwyczaje żywieniowe ich dzieci.