

**Karmienie piersią** to ważny krok na drodze do zdrowia dziecka. Mleko matki jest najlepszym pokarmem dla niemowlęcia. **Zalety** zdrowotne naturalnego karmienia zarówno dla matki, jak i dla dziecka **są niepodważalne**. Karmienie piersią w okresie **1000 pierwszych dni życia** jest kluczowe, gdyż ma ogromny wpływ na zdrowie dziecka teraz i w przyszłości. **1000 pierwszych dni** to niepowtarzalne okno możliwości dla rozwoju dziecka!

### Korzyści dla dziecka



Mleko kobiece jest **bezpieczne**, w pełni **dostosowane do potrzeb** i możliwości układu pokarmowego dzieci oraz zapewnia optymalny **rozwój i zdrowie** dziecka



Mleko kobiece przyspiesza dojrzewanie **układu odpornościowego**, funkcjonowanie i integralność **układu pokarmowego**, zapewnia **ochronę** bakteriologiczną



Mleko kobiece zawiera **przeciwciała**, a dzieci karmione piersią **rzadziej chorują** oraz łagodniej przechodzą wiele schorzeń infekcyjnych



Lepszy rozwój **funkcji poznawczych** u dziecka



Karmienie piersią pozwala zbudować szczególnego rodzaju **więź** między matką a jej dzieckiem

### Korzyści dla matki



**Zmniejszenie ryzyka zachorowania** na raka piersi i jajnika, cukrzycę typu II oraz osteoporozę



Szybsza **utrata zbędnych kilogramów** przy zachowaniu racjonalnej diety (nagromadzone zapasy tłuszczu podczas ciąży zużywane są podczas procesu laktacji)



Podczas karmienia wydzielana jest oksytocyna – hormon obniżający napięcie, poziom lęku, działający uspokajająco i podnoszący **nastrój** karmiącej matki



Karmienie naturalne jest najbardziej **ekonomiczne**

Opracowano na podstawie: Karmienie piersią w Polsce Raport 2015. Kampania „Mleko Mamy Rządzi”, Patronat merytoryczny: Centrum Nauki o Laktacji

### Czy polskie mamy karmią piersią?

Badania wykazały, że:

- ✓ **99,4%** niemowląt jest karmionych naturalnie w pierwszych dobach życia<sup>1</sup>
- ✓ **97%** kobiet w pierwszej ciąży deklaruje, że będzie karmić w ten sposób po urodzeniu dziecka<sup>2</sup>

jednak:

- ✓ aż **32%** badanych matek przestało karmić wyłącznie piersią już w 1. miesiącu życia dziecka<sup>2</sup>
- ✓ a w 5. miesiącu życia dziecka wyłącznie piersią karmiło już tylko **11%** mam<sup>3</sup>

Odstawieniu dziecka od piersi najczęściej towarzyszą negatywne emocje:<sup>2</sup>

- ✓ **59%** mam wskazało, że odczuwało żal
- ✓ ok. **45%** wskazało też poczucie straty, wyrzuty sumienia i smutek

Ponad połowa mam uważa, że karmienie piersią jest procesem, którego **można się nauczyć**.<sup>2</sup> W ich opinii pomoc doradcy laktacyjnego czy położnej ma kluczowy wpływ na długość karmienia piersią.<sup>4</sup>

Powodzenie karmienia piersią w dużej mierze zależy od uzyskanego **wsparcia i profesjonalnej pomocy laktacyjnej** w okresie inicjacji i stabilizacji laktacji.<sup>1</sup>

Mamom szukającym informacji i wsparcia w zakresie karmienia piersią polecamy platformę edukacyjną: **www.1000dni.pl**, na której znajdują się przygotowane przez ekspertów i doradców laktacyjnych porady, wideo-instruktaże oraz wiele innych materiałów edukacyjnych i wskazówek.

**1000 pierwszych dni to niepowtarzalne okno możliwości rozwoju dziecka!**



Fundacja NUTRICIA  
ul. Bobrowiecka 6  
00-728 Warszawa, Polska  
+48 22 55 00 097  
biuro@fundacjanutricia.pl  
www.fundacjanutricia.pl



## Wspieramy karmienie piersią

### GRANTY EDUKACYJNE NA SZKOLENIA LAKTACYJNE

Folder informacyjny dotyczący możliwości uzyskania finansowania na szkolenia laktacyjne

## GRANTY EDUKACYJNE na kursy doszkalcące z zakresu laktacji Fundacji NUTRICIA

### Do kogo skierowane są granty?

Granty skierowane są do instytucji medycznych, szczególnie **szpitali położniczych** oraz izb pielęgniarских i położniczych. Szkolenia sfinansowane dzięki grantom przeznaczone są dla **położnych, pielęgniarek i lekarzy**, którzy w ramach swoich obowiązków zawodowych sprawują opiekę nad kobietą podczas ciąży, porodu, połogu i chcą dostosować styl pracy do nowych wymagań.

### Dlaczego działamy?

Projekt jest realizowany od 2011 roku w odpowiedzi na rozporządzenie Ministra Zdrowia, mówiące o tym, że **porada laktacyjna jest obowiązkową częścią opieki** nad matką w szpitalach położniczych i POZ.

**Celem** nadrzędnym projektu jest **wsparcie kobiet** w laktacji oraz **wydłużenie okresu karmienia piersią** dzieci poprzez lepszą opiekę nad kobietą podczas ciąży, porodu i połogu oraz poprawę edukacji matek w zakresie wiedzy i postępowania w karmieniu piersią.

**Opieka laktacyjna, informowanie o korzyściach płynących z karmienia piersią oraz odpowiedzi na pytania dotyczące tego procesu powinny stanowić trzon promocji karmienia naturalnego. Dlatego też tak ważne jest podwyższanie poziomu wiedzy personelu medycznego, który sprawuje opiekę nad matkami, po to, by wydłużyć proces karmienia piersią w Polsce<sup>5</sup>.**

## CO OSIĄGNIĘLIŚMY?

W latach 2011–2016 sfinansowaliśmy już ponad 100 kursów doszkalcących z zakresu laktacji. Fundacja NUTRICIA co roku przyznaje około 20 grantów.

## SZPITALA, KTÓRE OTRZYMAJĄ GRANTY EDUKACYJNE, SAME DECYDUJĄ O TYM, KTO PRZEPROWADZI SZKOLENIE

### SZKOLENIE LAKTACYJNE MUSI UWZGLĘDNIĄĆ:

- aktualnie obowiązujące regulacje prawne
- przygotowanie kobiety w ciąży do karmienia piersią
- przebieg procedury pierwszego kontaktu matki z dzieckiem po porodzie
- zasady postępowania w karmieniu piersią w pierwszych dobach po porodzie
- wspieranie matek karmiących piersią w ciągu pierwszych miesięcy laktacji

### WAŻNE INFORMACJE:

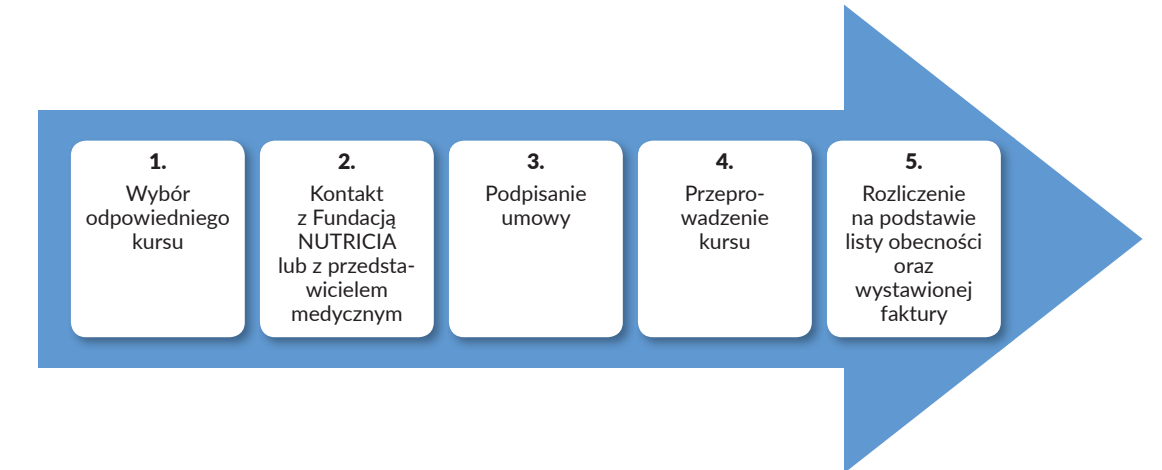
- w każdym szkoleniu musi wziąć udział **minimum 35 osób**
- możliwe jest dołączenie do szkolenia pracowników innych placówek
- wysokość grantu: **3000 lub 7500 zł**, w zależności od rodzaju kursu (1- lub 2-dniowy)

Fundacja NUTRICIA rekomenduje szpitalom wybór takich szkoleń, które **rzetelnie** przygotowują personel do wdrożenia standardu. Programy szkoleń są zatwierdzane przez Centrum Kształcenia Podyplomowego Pielęgniarek i Położnych oraz Okręgowe Izby Lekarskie. W latach 2011-2016 szpitale najczęściej wybierały szkolenia prowadzone przez **Centrum Nauki o Laktacji** ([www.kobiety.med.pl](http://www.kobiety.med.pl)).

### Oferta Centrum Nauki o Laktacji:

- ✓ **DWUDNIOWY KURS PODSTAWOWY:**  
Karmienie piersią – standard opieki okołoporodowej  
**Dla kogo:** kurs przeznaczony dla placówek, które podejmą realizację nowych standardów opieki okołoporodowej oraz położnych, pielęgniarek, lekarzy  
**Cena:** 7500 zł  
**Czas trwania:** 12 godzin zegarowych
- ✓ **DWUDNIOWY KURS UZUPEŁNIAJĄCY:**  
Karmienie piersią i mlekiem kobiecym wcześniaków oraz dzieci chorych – standard opieki w szpitalach III poziomu referencyjnego  
**Dla kogo:** kurs przeznaczony dla personelu szpitali III poziomu referencyjnego oraz oddziałów intensywnej terapii noworodka, które pragną sprawować nowoczesną opiekę nad matką i dzieckiem sprzyjającą wczesnej stymulacji laktacji oraz nakierowaną na żywienie dzieci mlekiem kobiecym  
**Cena:** 7500 zł  
**Czas trwania:** 12 godzin zegarowych
- ✓ **JEDNODNIOWY KURS PRZYPOMINAJĄCY:**  
Karmienie piersią w praktyce szpitala  
**Dla kogo:** kurs przeznaczony dla placówek, które już podjęły wdrażanie nowych standardów opieki okołoporodowej, ale na etapie wdrażania zauważyły niedostatki wiedzy w konkretnych obszarach. Kurs stanowi narzędzie motywujące personel szpitala do zmiany rutynowych praktyk zaburzających fizjologiczny przebieg karmienia piersią. Spośród dwunastu tematów szpital wybiera sześć do omówienia podczas kursu  
**Cena:** 3000 zł  
**Czas trwania:** 6 godzin zegarowych

## JAK UZYSKAĆ GRANT KROK PO KROKU?



Zapraszamy do kontaktu oraz wizyty na stronie internetowej [www.fundacjanutricia.pl](http://www.fundacjanutricia.pl), gdzie zamieszczone są informacje na temat grantów oraz wzór umowy.

## Wymogi prawne

Zgodnie ze STANDARDAMI OPIEKI OKOŁOPORODOWEJ\* lekarze i położne mają obowiązek otoczyć kobietę szeroko rozumianą opieką laktacyjną: prowadzić edukację na temat karmienia piersią, inicjować rozpoczęcie laktacji, udzielać instruktażu i rozwiązywać podstawowe problemy laktacyjne.

\* Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 23 września 2010 r. w sprawie standardów postępowania oraz procedur medycznych przy udzielaniu świadczeń zdrowotnych z zakresu opieki okołoporodowej sprawowanej nad kobietą w okresie fizjologicznej ciąży, fizjologicznego porodu, połogu oraz opieki nad noworodkiem

Rozporządzenie Ministra Zdrowia nałożyło obowiązek udzielania podstawowej porady laktacyjnej każdej matce, jednak resort nie wskazał, w jaki sposób szpitale i POZ powinny te słuszne wytyczne realizować, ani nie przeznaczył środków na realizację tego szczytnego celu.

<sup>1</sup> Bematowicz-Łojko U., Wesotowska A., Wilińska M. (2012), Udział pokarmu kobiecego w żywieniu dzieci do 2. r.ż. w Polsce na przykładzie województwa kujawsko-pomorskiego, Standardy Medyczne. Pediatria, t. 9, nr 2, s. 281-288.

<sup>2</sup> Badanie ankietowe na temat karmienia piersią wśród mam i kobiet w ciąży w ramach programu edukacyjnego „1000 pierwszych dni dla zdrowia”; badanie zostało zrealizowane na grupie 3497 kobiet (w tym 3208 matek i 289 kobiet w pierwszej ciąży) metodą CAWI na stronie [www.1000dni.pl](http://www.1000dni.pl) w dniach 8-29 kwietnia 2014 r.

<sup>3</sup> Badanie „Ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia niemowląt w wieku 6 i 12 miesięcy w populacji polskiej” przeprowadzone przez Instytut „Pomnik – Centrum Zdrowia Dziecka” we współpracy z Fundacją NUTRICIA, marzec 2011

<sup>4</sup> Karmienie piersią w Polsce Raport 2015. Kampania Mleko Mamy Rządu, Patronat merytoryczny Centrum Nauki o Laktacji

<sup>5</sup> Badanie „Ocena wdrażania praktyk laktacyjnych w ramach obowiązującego standardu opieki okołoporodowej oraz sposobu żywienia dzieci od urodzenia do 12. miesiąca życia” przeprowadzone w latach 2014-2015 przez prof. Barbarę Królak-Olejnik oraz dr hab. Danutę Gajewską