

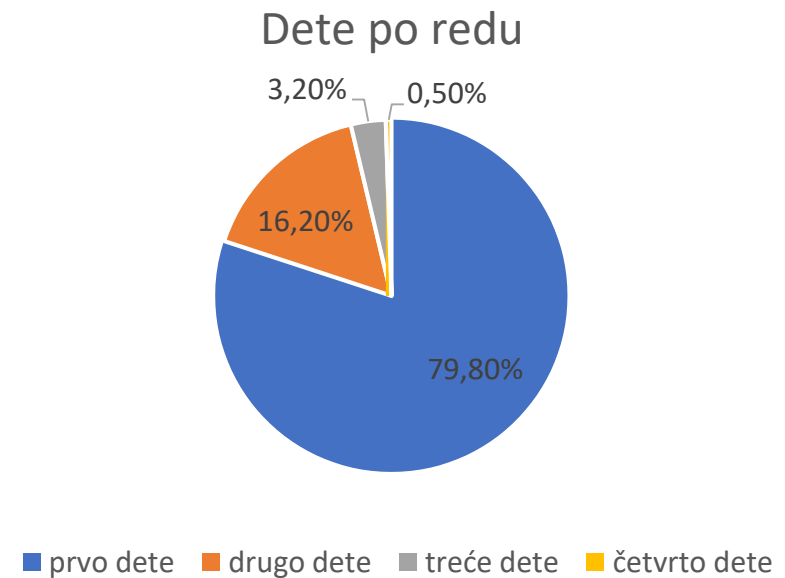
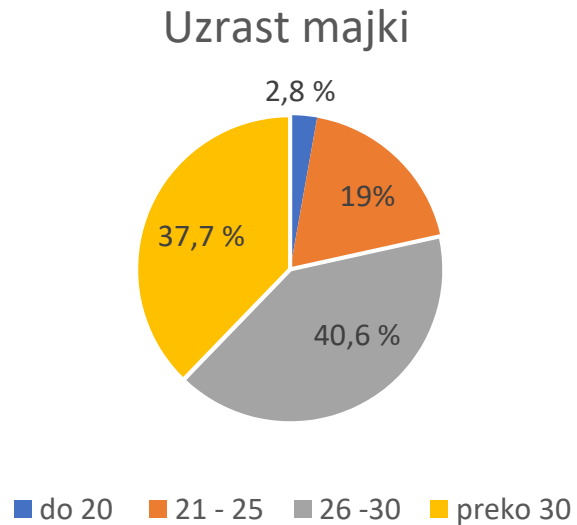


# Kako hranimo naše bebe

*Rezultati istraživanja*

# Uzorak

- U istraživanju je učestvovalo ukupno: **2470** mama
- Najviše je bilo majki sa jednim detetom i za prvo dete je upitnik popunilo 79% mama.



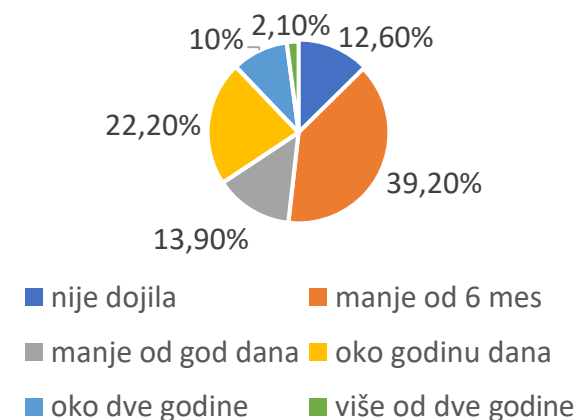
# Većina majki uspostavi dojenje na samom početku bebinog života

92% mama koje su učestvovala u istraživanju su dojile ili još uvek doje svoje bebe. Manje od 6 meseci je dojilo 39,2 % mama, dok je 48,2% dojilo više od 6 meseci. U trenutku istraživanja 42% mama je i dalje dojilo bebe, a ukupno u celom uzorku 7,2 % nije dojilo, a na uzorku bez majki koje i dalje doje 12,6%.

U nastavku je prikaz rezultata na uzorku bez mama koje i dalje doje svoje bebe.

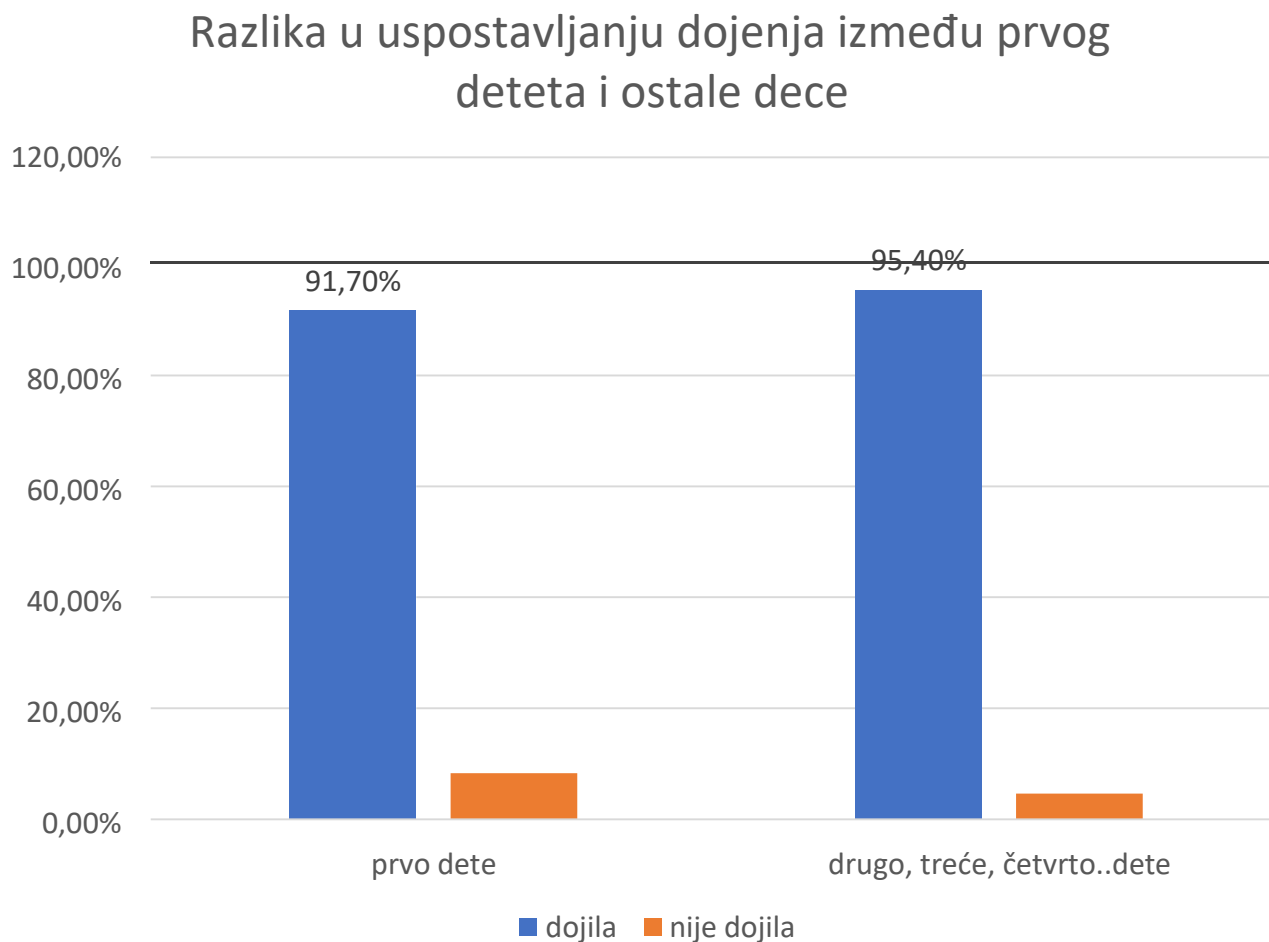


Koliko dugo mame doje bebe?



# Mame uspješnije sa dojenjem kod drugog deteta

- Pearsonov hi kvadrat test je pokazao da postoje statistički značajne razlike u uspostavljanju dojenja između prvorodene i ostale dece ( $\chi^2(df=1)= 7.008, p=0.008$ ). Pregled tabele 3 pokazuje da je manji procenat uspostavljanja dojenja kod prvorodene dece (92%), nego kod drugorođene dece (95%).

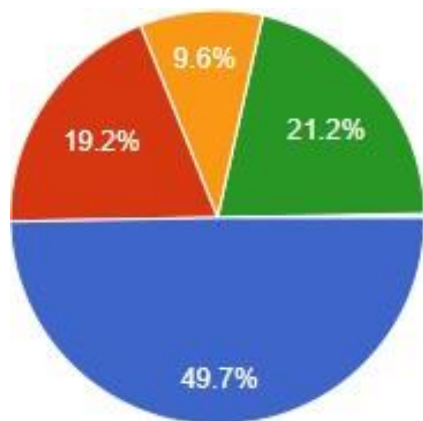


# Najveći uticaj na uspeh u dojenju ima način završavanja porođaja

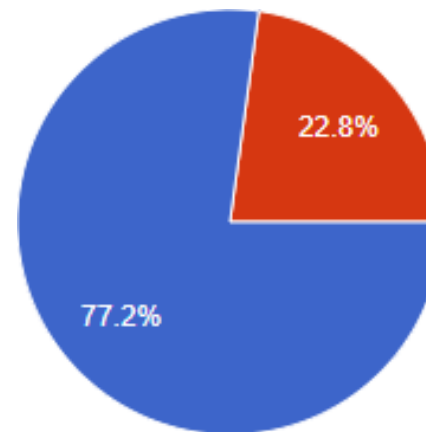
Istraživanje je pokazalo da najveći uticaj na uspeh u dojenju ima način završavanja porođaja, a zatim i vreme prvog podoja kao i kontakt „koža na kožu“. Majke koje su se porodile vaginalno češće doje od mama čiji se porođaj završio carskim rezom. Veći uspeh u dojenju imale su mame kod kojih je odmah nakon porođaja uspostavljen kontakt „koža na kožu“ i kod kojih je odmah pokušan prvi podoj.



# Vaginalni porođaj vs carski rez



- Prirodno bez epidurala
- Prirodno sa epiduralom
- Carskim rezom u spinalnoj anesteziji
- Carskim rez u opštoj anesteziji

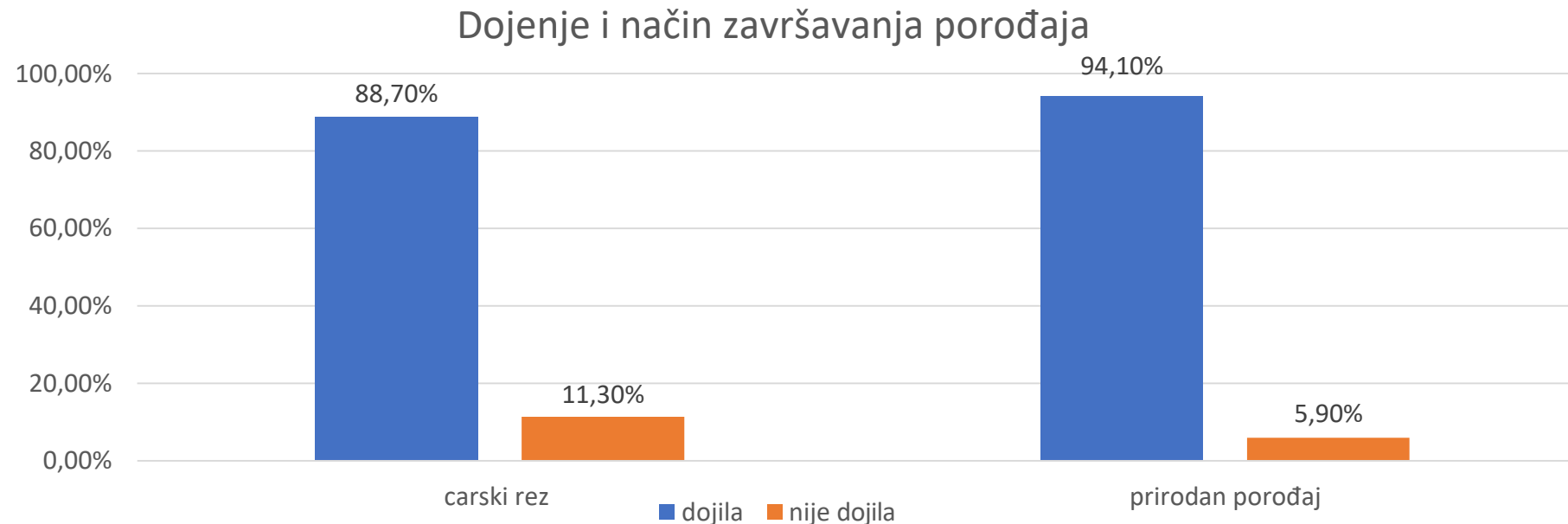


- Porodila sam se bez ikakvih komplikacija
- Porođaj je bio težak uz određene komplikacije

# Carski rez – manja šansa za dojenje

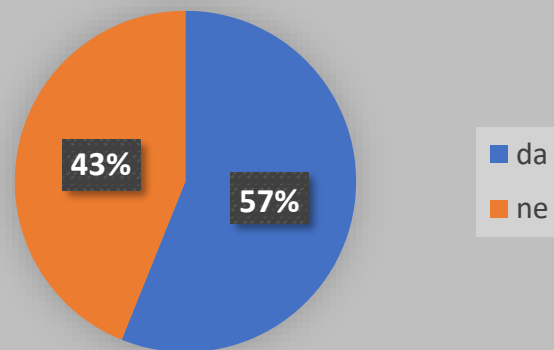
Pearsonov hi kvadrat test je pokazao da se s obzirom na način porođaja javljaju statistički značajne razlike u uspostavljanju dojenja ( $\chi^2(df=1)= 21.845, p=0.000$ ). Pregled tabele 4 pokazuje da je manji procenat dojenja kod dece rođene carskim rezom (89%), nego kod dece rođene prirodnim putem (95%).

\*Ne postoji statistički značajna razlika u dužini dojenja kada je u pitanju način završavanja porođaja.

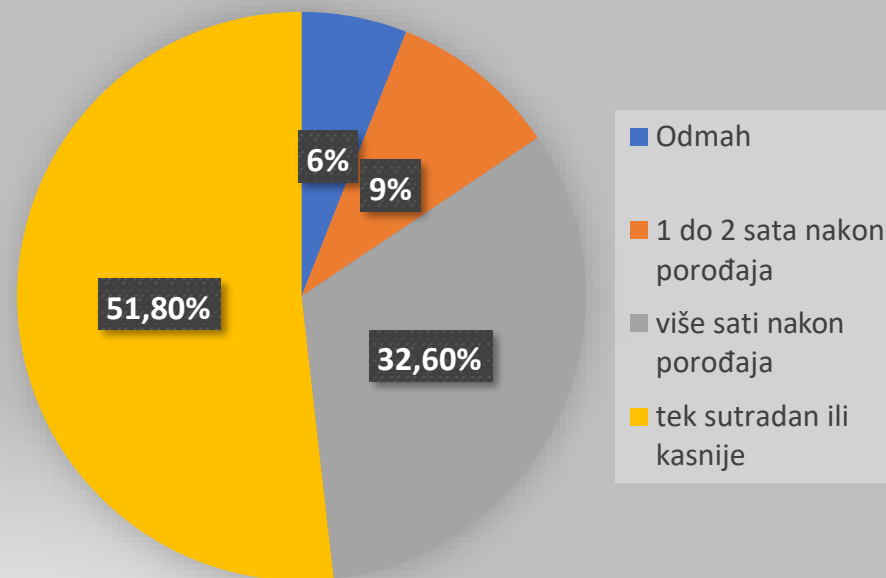


# Kontakt „koža na kožu“ i prvi podoj

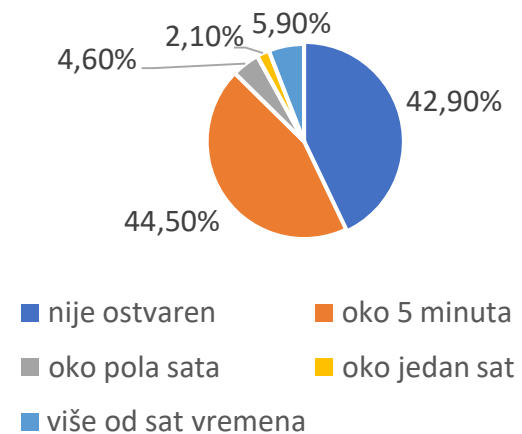
## Bebu su mi stavili na grudi



## Prvi podoj nakon porođaja



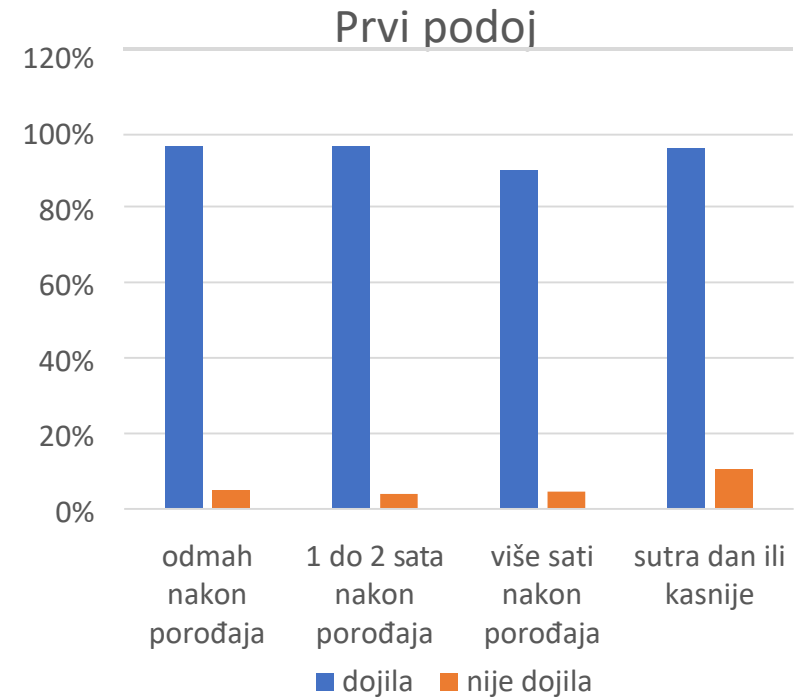
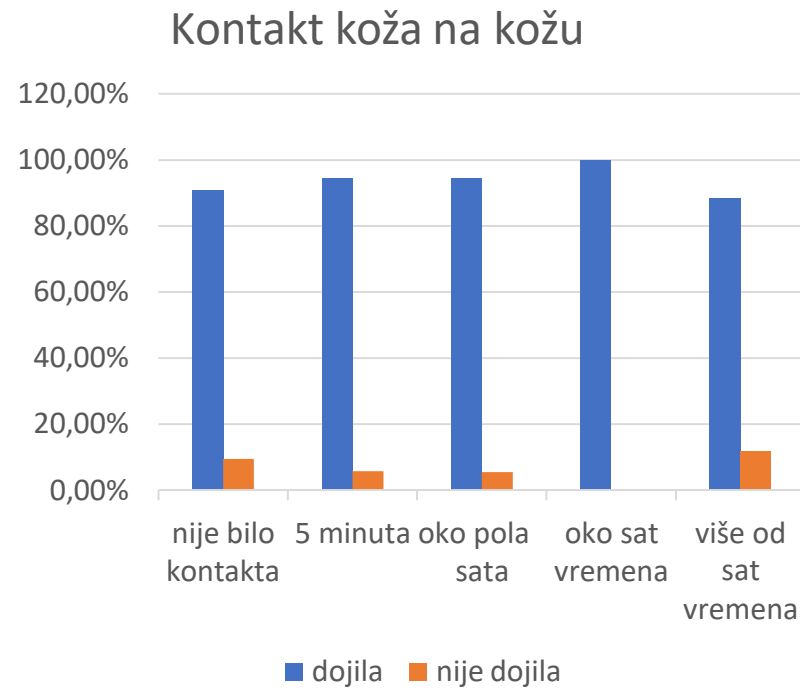
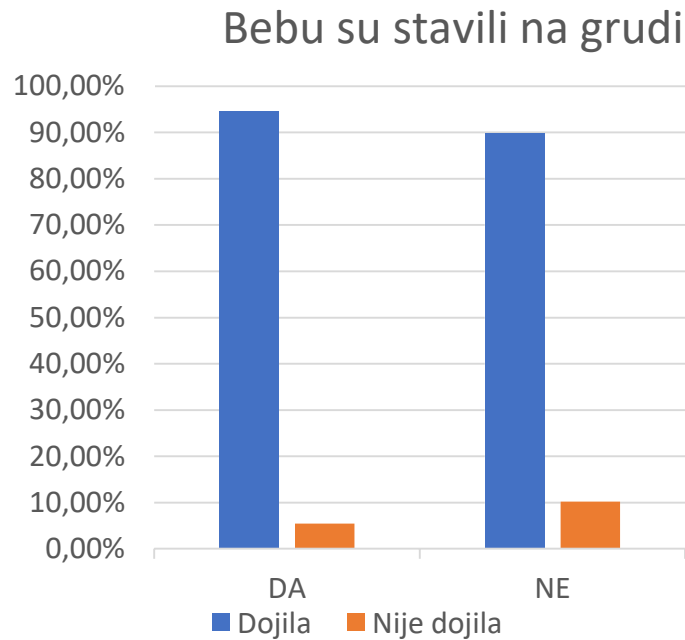
## Kontakt „koža na kožu“ ostvaren je u trajanju od:





Što pre se ostvari prvi podoj, veća je šansa za uspeh u dojenju. Takođe, mame kod kojih je ostvaren prvi kontakt sa bebom „koža na kožu“ u većem procentu sudojile.

*Što je duže beba u kontaktu „koža na kožu“ veća je šansa da će mama dojiti.*



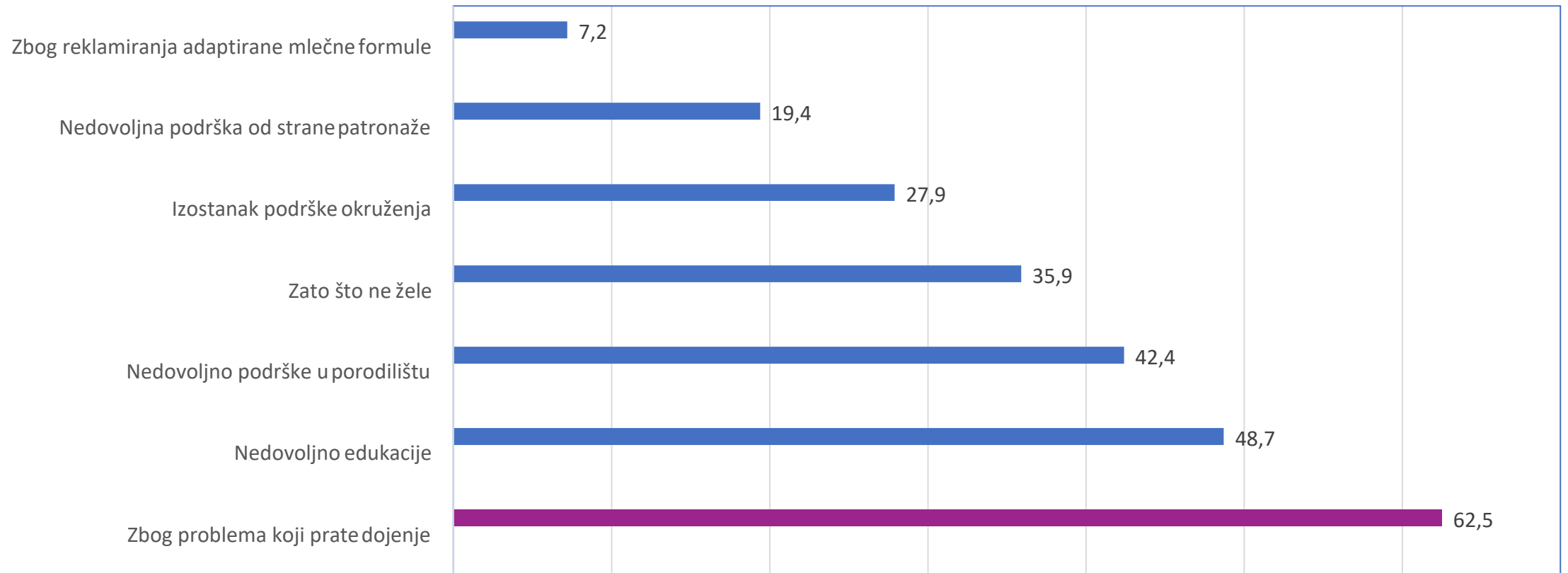
# Mlađe mame češće odustaju od dojenja



- Najmanji procenat dojenja je kod majki mlađih od 20 godina, uključujući i 20. godina. U okviru ove grupe je procenat žena koje nisu dojile 15% dok se u ostalim uzrasnim kategorijama ovaj procenat kretao oko 7%.
- Postoji blaga linearna povezanost u dužini dojenja, starije mame doje duže od mlađih.

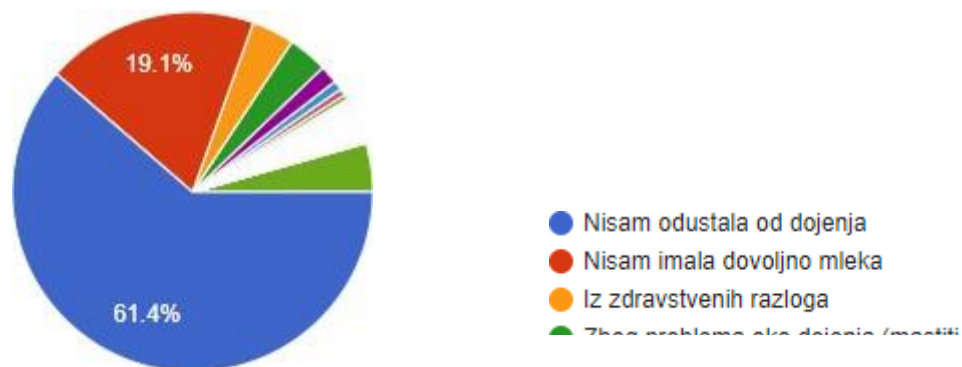
Mlađe mame češće odustaju od dojenja što ukazuje na trend sve manjeg procenta dojenih beba. To znači da ukoliko se ovakav trend nastavi, za 10 godina imaćemo još veći broj beba koje nisu dojene.

# Šta mame misle - šta su najčešći razlozi za odustajanje od dojenja?



Procenat majki koji je izabrao navedene tvrdnje. Mame su mogle da biraju više ponuđenih odgovora.

# Mame odustaju jer misle da nemaju dovoljno mleka



Najveći broj mama od dojenja odustaje **zato što misle da nemaju ili zaista nemaju dovoljno mleka.**

**38,6%** je iz određenog razloga **prekinulo dojenje**

**3,8 %** mama odustalo je iz zdravstvenih razloga, a **3,6 %** zbog problema koji prate dojenje (mastitis, ragade i sl...)

Većina mama misli da su glavni krivci za odustajanje od dojenja problemi koji prate dojenje (mastitisi, ragade i sl...), a samo 3,6 % mama navodi da su baš iz tog razloga odustale od dojenja.

Mame takođe navode da su nedostatak edukacije i podrške u porodilištu takođe krivci za odustajanje od dojenja. Čak 36 % mama smatra da druge mame odustaju od dojenja zato što ne žele da doje, a ni jedna mama nije to navela kao razlog za odustajanje.

# Edukacija o dojenju je od izuzetnog značaja!

Stav o tome da je dojenje naporno, teško i bolno utiče na to da se trudnice u razmeni iskustva sa mamama **plaše dojenja i očekuju probleme pre nego što do njih i dođe.**

Takođe „**nemam dovoljno mleka**“ je često **pogrešno uverenje majki** jer gotovo svaka majka ima onoliko mleka koliko bebi treba.

Sve zajedno uz podatak da su **iskusne majke uspešnije u dojenju** sa drugim detetom ide u prilog tome da je edukacija trudnica o dojenju od velikog značaja za uspeh u dojenju.

# Stavovi majki o dojenju i adaptiranoj mlečnoj formuli

- 32,8 % mama smatra da nije tačno da svaka mama može da doji svoju bebu
- 22,8 % smatra da je dojenje stvar izbora
- 26,6 % smatra da je bebu lakše hraniti na vlašicu
- Čak 45 % mama smatra da dojenje mora da boli na početku
  
- 29,4 % smatra da su dojene bebe pametnije
- 69 % mama smatra da su dojene bebe zdravije od beba koje ne doje
- 18,2 % smatra da mame koje ne doje nisu u dovoljnoj meri povezane sa svojom bebom
  
- 16,4 % smatra da je adaptirano mleko veštačka hrana i kao takva je štetna za bebu, a
- 20,5 % smatra da adaptirano mleko nije najbolja zamena za majčino mleko
- 9,8 % mama smatra da je kravlje mleko bolji izbor od adaptiranog mleka
- 6 % mama smatra da u majčinom mleku nema dovoljno gvožđa
- 5% misli da adaptirano mleko ne može da se pokvari

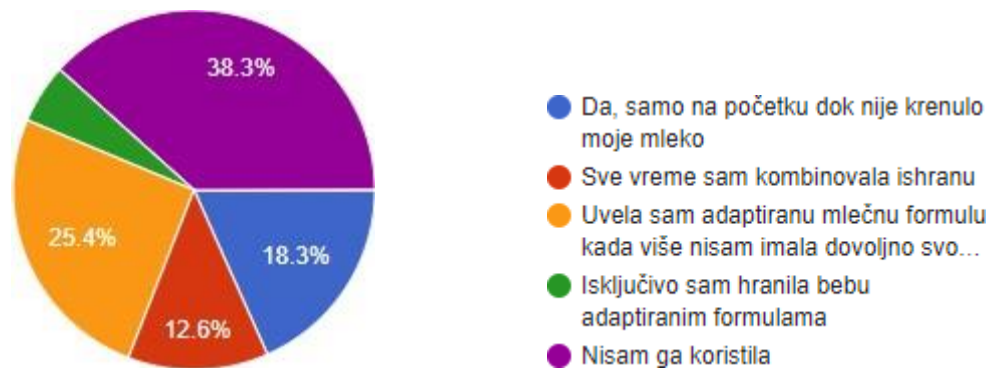


# Adaptirana mlečna formula

*Na pitanja o adaptiranoj mlečnoj formuli odgovarale su samo mame koje su koristile zamenu za majčino mleko: 1,513 mama*



# Da li ste u nekom trenutku uveli u ishranu adaptiranu mlečnu formulu?

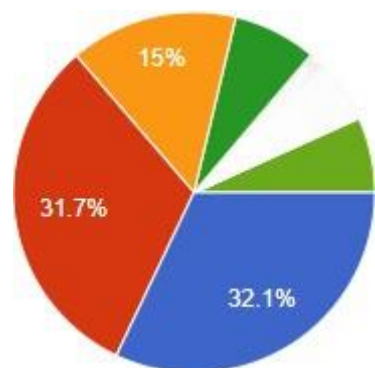


**5,3 %** mama je isključivo od prvog dana koristilo adaptiranu mlečnu formulu umesto dojenja

**61,7%** beba je barem u nekom trenutku koristilo adaptiranu mlečnu formulu



# Zašto ste uveli u ishranu bebe adaptiranu mlečnu formulu?



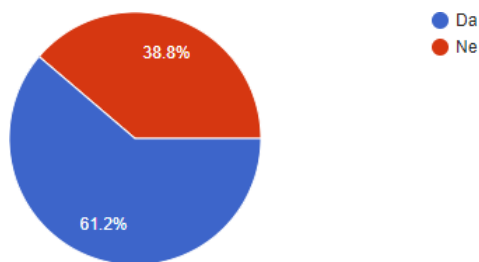
- Beba je dobila dohranu u porodilištu
- Sama sam procenila jer nisam imal...
- Na predlog pedijatra
- Na predlog patronažne sestre
- Dojilja
- Nisam koristila
- Nisam uvela
- Iz zdravstvenih razloga

**Preko 30 % mama dalo je bebi adaptirano mleko „na svoju ruku“**

**32,1% beba je već u porodilištu dobilo adaptirano mleko!**

# Mame nisu dovoljno upoznate sa adaptiranom mlečnom formulom

Da li smatrate da ste bili dovoljno upoznati sa primenom adaptirane formule pre upotrebe?



Kako ste se informisali o upotrebi adaptirane formule?



Istraživanje je pokazalo da uprkos velikoj upotrebi adaptiranog mleka (61,7% je koristilo ad mleko) i dalje **postoje određene predrasude** o adaptiranoj formuli kao veštačkoj hrani, o tome da su dojene bebe pametnije kao i da su mame koje doje boljem kontaktu sa bebom, odnosno da su privrženije bebama.

**20% mama smatra da adaptirano mleko nije adekvatna zamena za majčino mleko.**

Preko **30% mama je adaptirano mleko dalo bebi „na svoju ruku“**, samo 15% je tražilo savet pedijatra pre upotrebe formule.

Blizu **40% mama smatra da nije bilo u dovoljno informisano** o načinu upotreba adaptirane mlečne formule.

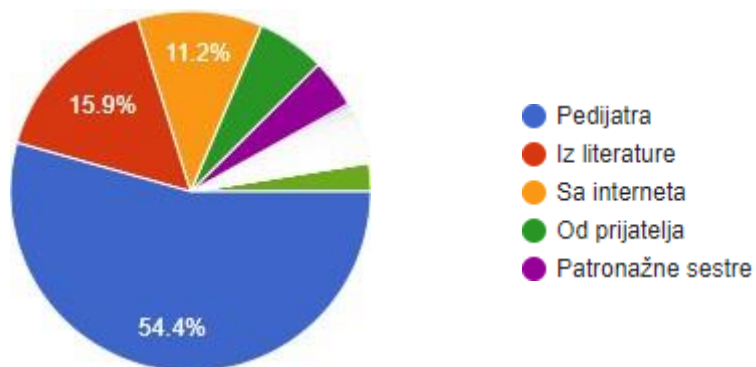
17% mama se o upotrebi zamene za majčino mleko informisalo na internetu, a 11% je savet tražilo od prijateljica.



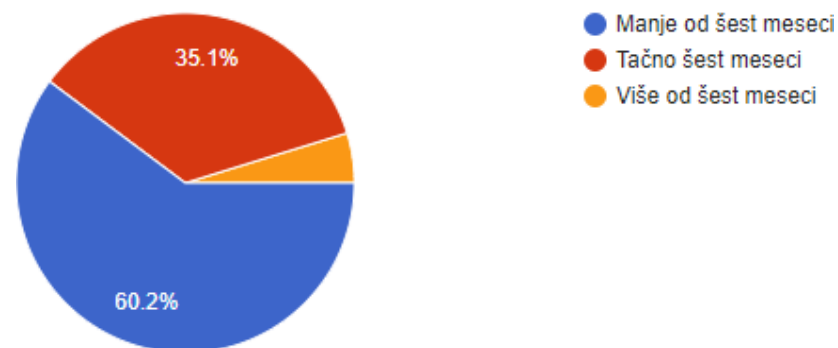
Navike u ishrani beba

# Uvođenje nemlečne ishrane

Prilikom uvođenja čvrste hrane najčešće ste slušali savete:

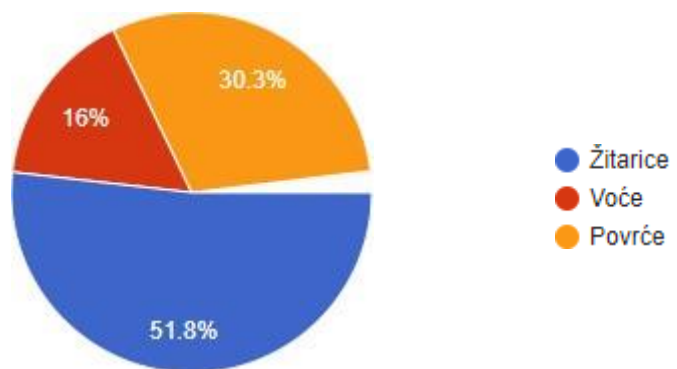


Koliko je Vaša beba imala meseci kada ste uveli drugu hranu (pored mleka)?

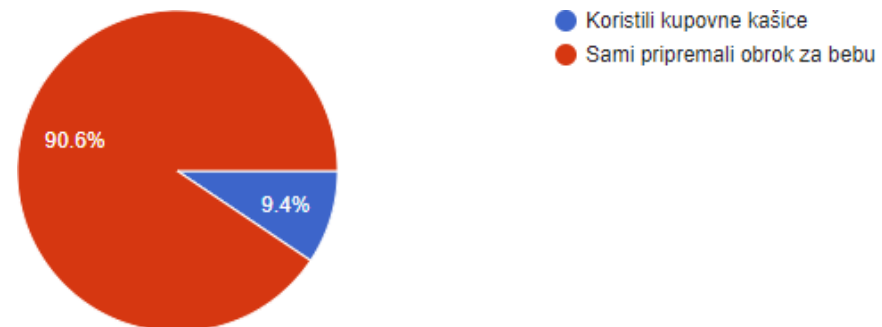


# Prvi bebini zalogaji

Šta je bio prvi bebin obrok?



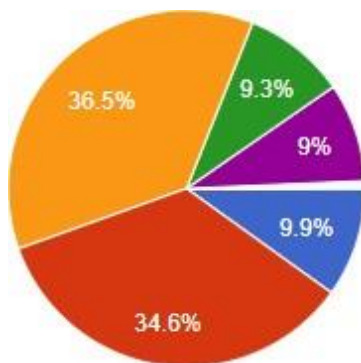
U prvim mesecima uvođenja nemlečne ishrane pretežno ste:



# Svaka druga beba dobije slatkiš pre navršene 1 godine

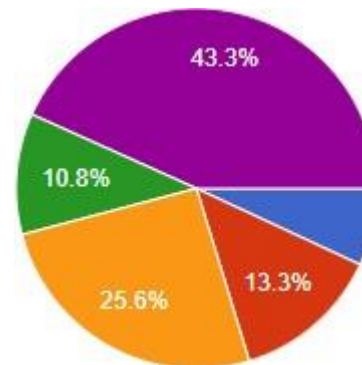
Zabrinjavajuć je podatak da skoro svako drugo dete 44,5 % dobije slatkiš pre prvog rođendana. U drugoj godini 80% dece jede slatkiše. Tek 9,3 % mama slatkiš će dati nakon drugog rođendana, a 9% mama uopšte ne daje detetu slatkiše.

Sa koliko meseci ste bebi dali ili planirate da date šećer (keks, instant kašu ili bilo kakav slatkiš..)



- Između 6 meseci do 8 meseci
- Između 8 meseci i godinu dana
- U toku druge godine
- Nakon napunjene druge godine
- Ne planiram da detetu dajem slatkiše

Sa koliko meseci ste bebi dali ili planirate da date zaslađene sokove?



- Između 6 meseci do 8 meseci
- Između 8 meseci i godinu dana
- U toku druge godine
- Nakon napunjene druge godine
- Planiram da detetu dajem isključivo sveže ceđene sokove

# Mame i do godinu dana blendiraju hranu bebama

36,2 % mama blendira hranu bebi do godinu dana,  
31,6% to radi do 8 meseci.

## Fleksibilno vreme obroka

58,5 % beba jede u određeno vreme  
41,5 % mama je fleksibilno kada je u pitanju vreme obroka

# Mobilnim telefonom animiramo bebe dok jedu

- 60 % beba je animirano mobilnim telefonom, televizorom ili sličnim uređajima tokom hranjenja. 23,7 % mama to radi **povremeno**, dok 36,6 % to čini **svaki put ili po prilično često**.
- Igračkama i igrom 72,5 % mama animira svoju bebu kako bi beba jela. 32 % to radi **povremeno** dok 40% to radi **svaki put ili prilično često**.



# Najčešći problemi sa kožom

- 9 % beba ima problem sa stolicom
- 6,4 % ima alergiju na hranu
- 21,9 % beba ima problema sa kožom
- 9,5 % beba ima česte virusne i bakterijske infekcije

**Nije dobijena statistički značajna razlika između dojenje i nedojene dece, kada su u pitanju navedeni zdravstveni problemi.**

Između dece koja su dojena i dece koja nisu dojena nisu utvrđene značajne razlike u:

- problemima sa stolicom ( $\chi^2(df=1)=.396, p=.529$ ),
- ispoljavanju alergije na neku hranu ( $\chi^2(df=1)=.027, p=.871$ ),
- problemima sa kožom ( $\chi^2(df=1)=.004, p=.950$ ),
- oceni zdravlja bebe ( $\chi^2(df=1)=.868, p=.648$ ).

# Zaključci istraživanja

- 1. Većina mama želi da doji i 92 %** mama je dojilo na samom početku bebinog života
- Pre 6 meseci sa od dojenja **odustane 39,2 % majki**
- Porodaj i kontakt mame sa bebom** nakon porođaja imaju najveći uticaj na uspeh u dojenju
- Mame su uspešnije sa dojenjem kod drugog deteta
- Mlađe mame češće odustaju od dojenja
- Postoje brojne predrasude o dojenju i adaptiranom mleku (**čak 45% mama smatra da dojenje mora da boli**)
- Preko 60% beba je barem u nekom trenutku dobilo adaptirano mleko** (5,3 % beba se isključivo hrani adaptiranim mlekom)
- 30% beba već u porodilištu dobije adaptirano mleko**
- Mamama nedostaju **informacije o dojenju ali i o adaptiranom mleku**
- Svaka druga beba dobije slatkiš pre prvog rođendana**
- Mame često animiraju dete dok jede (igračkama, televizorom, mobilnim telefonima)
- Kod male dece majčešće su izraženi problemi sa kožom i to u jednakoj meri zastupljeno kod beba koje su dojene i onih koje nisu

# Kako hranimo naše bebe? - zaključak



Istraživanjem u kojem je učestvovalo **2.470 mama**, koje su upitnik popunjavale za decu uzrasta do 12 meseci, ukazali smo na to da **mame žele da doje svoje bebe** i da pokušavaju da istraju u tome ali da u velikom broju slučajeva pre vremena (pre nego što su mama ili beba to htele) odustaju od dojenja.

Većina majki 92 odsto uspostavi dojenje na početku dojenja ali već pre 6 meseci sa dojenjem prekine 39,2 % majki.

**Veliki broj porođaja koji se završi carskim rezom kao i izostanak kontakta „koža na kožu“ i prvog podoja odmah nakon porođaja, najveći su krivci za neuspeh u dojenju.**

Sa druge strane, izostaje i adekvatna informisanost žena o upotrebi zamena za majčino mleko (**blizu 40% mama smatra da nije bilo u dovoljno informisano o načinu upotreba adaptirane mlečne formule**)

Slobodna prodaja adaptiranog mleka, bez adekvatnog informisanja može ne samo negativno uticati na dojenje već i na zdravlje deteta. **Više od 30% mama je na „svoju ruku“ uvela adaptirano mleko** i možda je upravo ovaj podatak od najvećeg značaja kada je reč o dužini dojenja (39,2% mama je dojilo manje od 6 meseci).

Kao osnovni razlog za odustajanje od dojenja i uvođenje adaptirane mlečne formule, mame navode smanjenu produkciju mleka.

Ovo istraživanje ukazalo je i na **nezdrave navike tokom ishrane beba** (gledanje televizora i upotreba mobilnih telefona tokom hranjenja beba) kao i na prevremeno uvođenje slatkiša u ishranu deteta. **Skoro svako drugo dete jede slatkiše pre prvog rođendana. U drugoj godini 80% dece jede slatkiše.**



Istraživanje je sprovedeno putem online upitnika koji je od decembra 2017 godine do marta 2018 godine distribuiran na portalu [Bebac.com](https://www.bebac.com).

Autorka istraživanja: Jasmina Mihnjak, psiholog