



چرا تغذیه با شیر مادر و حمایت از آن مهم است؟



دکتر علیرضا مرندی:



تغذیه با شیر مادر برای تحقق اهداف جهانی تغذیه از جمله بقا و سلامت انسانها، رشد اقتصادی و نیز پایداری محیط زیست، امری کلیدی و حیاتی است.



ساعات و روزهای اول عمر فرصتی کلیدی برای استقرار شیردهی و فراهم آوردن حمایت‌های مورد نیاز مادران برای موفقیت در شیردهی است.



اگر تغذیه با شیر مادر پس از ۶ ماهگی همراه با مصرف غذاهای کمکی سالم و کافی، ادامه داشته باشد همچنان به تامین انرژی و مواد مغذی با کیفیت بالا و نیز پیشگیری از سوء تغذیه (لاغری و چاقی) و تامین امنیت غذایی شیرخواران کمک می‌کند.