

ZECE PASI PENTRU REUSITA ALIMENTATIEI LA SAN

Cei **“Zece pasi pentru reusita alimentatiei la san”** constituie un ghid practic, care poate fi implementat nu numai in maternitati, ci si in orice situatie in care mamele si sugarii initiaza, stabilesc si mentin alimentatia la san.

Cei zece pasi sunt:

1. Adoptarea unei politici de incurajare a alaptarii formulata in scris si adusa sistematic la cunostinta intregului personal de ingrijire din maternitate.
2. Instruirea continua a personalului de ingrijire in vederea punerii in practica a acestei politici.
3. Informarea tuturor femeilor gravide asupra avantajelor alaptarii si a laptelui matern.
4. Incurajarea alaptarii precoce in primele 30 de minute pana la o ora de la nastere.
5. Instruirea mamelor pentru alaptare si pentru mentinerea lactatiei chiar si atunci cand sunt despartite de copiii lor.
6. Interdictia administrarii laptelui praf sau a altor produse destinate nou-nascutului cu exceptia celor indicate medical.
7. Practicarea sistemului “rooming-in”- permitand mamei si nou-nascutului sa ramana impreuna 24 ore pe zi.
8. Incurajarea alaptarii la cererea sugarului.
9. Interdictia utilizarii biberonului, a suzetei sau a tetinei artificiale.
10. Incurajarea constituirii de grupuri de sustinere a alimentatiei la san si indrumarea mamelor- la externarea din maternitate- catre acestea.