



VÝŽIVA KOJENCŮ A MALÝCH DĚTÍ



Objem příjmu MM u kojenců a malých dětí

Cílem této studie bylo poskytnout odhady globálního příjmu mateřského mléka pro kojence a děti ve věku od 0 do 3 let. Bylo provedeno systematické vyhledávání v online databázích (Embase, MEDLINE a CENTRAL), které bylo doplněno manuálním vyhledáváním v dalších databázích (African Journals Online a LILACS), seznamech odkazů a nepublikovaných datech. Zahrnuty byly studie se zdravými matkami a jejich dětmi ve věku 0–3 roky po celém světě. Byly provedeny metaanalýzy náhodných efektů, analýzy podskupin a meta-regrese.

Bylo identifikováno celkem 167 studií o příjmu mateřského mléka. **Průměrný denní příjem mateřského mléka ve všech zahrnutých studiích byl 670 ml/den a 117 ml/kg/den.** Příjem mateřského mléka byl ovlivněn věkem kojence, jeho tělesnou hmotností a zvyklostmi při kojení. Metoda ředění deuteria měla tendenci poskytovat vyšší odhady než metody kontrolního vážení. Při omezení na studie zahrnující zdravé donošené děti výlučně kojené do 6 měsíců byl příjem mateřského mléka:

- 624 ml/den a 135 ml/kg/den v 1. měsíci
- 735 ml/den a 126 ml/kg/den ve 3 měsících
- 729 ml/den a 107 ml/kg/den v 6 měsících
- 593 ml/den a 61 ml/kg/den po 12 měsících

Závěry: Tento přehled poskytuje odhady příjmu mateřského mléka pro kojence a malé děti. Ukazuje rozdíly v příjmech podle regionu a metody měření, stejně jako změny během prvního roku života.

Světový den obezity 4. dubna 2024

Téma: Pojďme se bavit o obezitě a... Světový den obezity, který se každoročně připomíná 4. dubna, je celosvětová kampaň, která slouží ke zvýšení informovanosti, podpoře obhajoby, posílení politik a usnadnění sdílení zkušeností v oblasti obezity.

Cíle:

- Pojďme si promluvit o obezitě a poukázat na její souvislosti s řadou globálních problémů.
- Promluvmě si o obezitě a zpochybněme škodlivé mylné představy, které zastavují pokrok.



- Promluvmě si o politice obezity a vlivu, která začlení celosvětově prevenci a řízení obezity do našich systémů potravin, infrastruktury a zdravotní péče.

Kojení – nadváha a obezita

Během předchozího desetiletí mnoho studií prokázalo souvislost mezi kojením a dětskou obezitou.

Dosud většina studií potvrdila, že prodloužení doby kojení v kojeneckém věku může snížit výskyt nadváhy a obezity u dětí a dospívajících.

- Metaanalýza 39 studií publikovaných Světovou zdravotnickou organizací (WHO) také ukázala, že **prodloužení délky kojení snižuje riziko obezity u dětí.**
- Studie provedené v Hongkongu a Španělsku naznačovaly, že **BMI kojenců krmených umělou výživou se zvyšoval rychleji než kojenců krmených mateřským mlékem.**
- Španělská kohortová studie zjistila, že děti v regionu, které **nikdy nebyly kojeny**, budou mít o **7,8 % zvýšené riziko dětské obezity a nadváhy** a že každý týden kojení snížil jejich BMI v dětství o 3,5 (Ortega-Garcia JA, 2018).
- **V 5. kole studie COSI** ve 40 zemích bylo zjištěno, že 29 % dětí ve věku 7–9 let má nadváhu (včetně obezity – podle definic WHO). Prevalence byla vyšší u chlapců (31 %) než u dívek (28 %).
- **Šesté kolo COSI** se konalo během školních let 2021–2023.

Související biologický mechanismus obezity u dětí může úzce souviset s příjmem bílkovin a energetickým metabolismem.

1. Mateřské mléko obsahuje hormony, které regulují energetický metabolismus a příjem potravy, jako je leptin a adiponektin. Kojení může regulovat centrum sytosti a pomoci vytvořit dietní návyk konzumace energie podle potřeby v dětství, čímž se snižuje výskyt přejídání (Savino F, 2006).
2. Obsah bílkovin a kalorií v mateřském mléce je výrazně nižší než v sušeném mléce, což může zabránit nadměrné sekreci inzulínu a inzulínu podobných růstových faktorů (IGF-1), čímž se sníží ukládání tuku a nárůst tukových buněk (Marseglia L, 2014).
3. Časně zavedení pevné stravy bylo také spojeno s vyšším rizikem obezity (Moreno MA, 2011).
4. Kojené děti s větší pravděpodobností přijímají nízkokalorické doplňkové potraviny, jako je zelenina, a mají větší sklon k sestavování nízkokalorické stravy v pozdějších letech života.