

## Μητρικός Θηλασμός

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Η πρώτη εβδομάδα του Νοεμβρίου έχει καθιερωθεί στη χώρα μας ως εβδομάδα μητρικού θηλασμού. Σύμφωνα με τις συστάσεις του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, η βέλτιστη διάρκεια του αποκλειστικού μητρικού θηλασμού ορίζεται στους 6 μήνες, ενώ συστήνεται η παροχή ασφαλούς και κατάλληλης συμπληρωματικής διατροφής μέχρι το 2 έτος της ηλικίας και περαιτέρω.

Ωστόσο, ο μητρικός θηλασμός δεν εφαρμόζεται όπως θα έπρεπε, λόγω της ανεπαρκούς ενημέρωσης των γυναικών περί θηλασμού και της διαφήμισης υπέρ του τεχνητού, μη μητρικού γάλακτος. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα, ο μητρικός θηλασμός στις ανεπτυγμένες χώρες να αντιμετωπίζεται ως θέμα τρόπου ζωής και όχι ως θέμα δημόσιας υγείας. ([περισσότερα...](#))