

1 AUG.: GEZOND EN WEL - VOOR MENS EN MILIEU

De voeding van duizenden baby's die elk jaar geboren worden, heeft impact op het milieu. Enkel borstvoeding heeft een positieve invloed: borstvoeding past in een milieuvriendelijke leefwereld. Borstvoeding is de meest duurzame voeding en is hernieuwbaar. Dat is goed voor nu en zorgt ook voor later: borstvoeding helpt om een mooie toekomst te bezorgen aan de volgende generatie. Het geeft meteen ook een kleinere ecologische voetafdruk voor moeder en kind.

#WBW2020

#breastfeeding

#WABA



2 AUG.: BORSTVOEDING IS GEZOND EN BEGINT METEEN BIJ DE GEBOORTE

Om meteen te kunnen beginnen is het belangrijk dat er onmiddellijk en ononderbroken huidcontact mogelijk is. De baby blijft bij de moeder: zo kan hij de borst nemen en drinken als hij daar klaar voor is. Zij kunnen zo wel een uur of langer samenblijven en hierna samen rusten.



3 AUG.: VOEDEN OP VRAAG

Borstvoeding is gewoon en daarom is het de meest aangewezen voeding voor de pasgeborene. Het kindje heeft niets anders nodig en zal laten zien wanneer het wil drinken. Als zijn moeder dit opmerkt, kan ze het kindje aanleggen zodat het steeds genoeg te eten krijgt, helemaal volgens zijn behoefte. De nauwe contacten tussen moeder en kind zorgen voor een vlot en aangenaam verloop van de borstvoedingsperiode. Er zijn geen hulpmiddelen bij nodig.

Als de omstandigheden het niet mogelijk maken dat de baby van bij de geboorte aan de borst drinkt, wordt de borstvoeding zo snel mogelijk op gang gebracht. Moet het kindje afgekolfd moedermelk rijden, dan laat men het drinken aan een bekertje.

Zie ook www.weekvandeborstvoeding.be



4 AUG.: BORSTVOEDING IS VEILIG

Er zijn geen tussenstappen, geen tussenkomsten,... Doordat moeder en kind altijd samenblijven kan zij ingaan op de signalen van haar kindje. Zo krijgt de baby de kans om zich te voeden volgens zijn/haar behoefte: het kindje drinkt niet meer maar ook niet minder dan het op dat moment nodig heeft. Borstvoeding zorgt voor gezonde voedingsgewoonten en kan dus zowel ondervoeding als overgewicht vermijden.

Bovendien is het beschikbaar, ook in tijden van crisissituaties zoals armoede, natuurrampen, ziekten,... Zo draagt borstvoeding bij tot de volksgezondheid.



5 AUG.: BORSTVOEDING BESCHERMT TEGEN ZIEKTEN

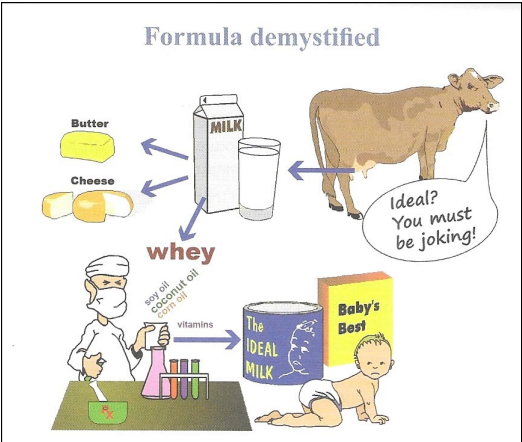
Borstvoeding is perfect voor de nutritionele en immunologische behoeften van de baby. De voortdurende lichamelijke contacten maken de melk steeds aangepast aan de wisselende omstandigheden: de leeftijd van het kindje, het moment van de dag (en de nacht!) en beschermt de baby wanneer er verkoudheden of infecties in het gezin zijn.

Dat is belangrijke informatie voor de gezondheid van moeder en kind. Kom meer te weten over de fysiologische en wetenschappelijke inzichten: <https://www.dropbox.com/s/4v85fdtjv5u7o3j/Scientific>

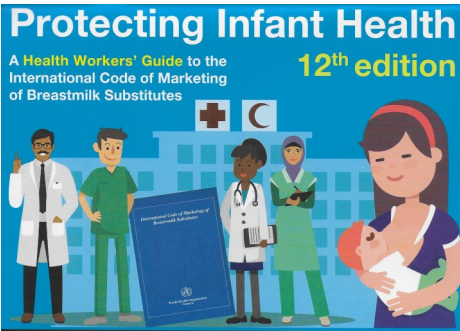


6 AUG.: BORSTVOEDING IS VERANTWOORD CONSUMEREN VANAF DE WIEG

Het is de natuurlijke en optimale manier om het kindje te voeden. Dat betekent ook dat de baby niets anders nodig heeft, geen extra water, geen extra voeding. Omdat de moedermelk vlakbij de baby wordt 'gemaakt' is het ook de meest duurzame manier om een baby te voeden. Door zijn manier van drinken regelt de baby de productie van moedermelk. Moedermelk is een hernieuwbare voedselbron die ook goed is voor het milieu, want er is geen pollutie bij de productie, er is ook geen verpakking, geen transport nodig en het veroorzaakt geen afval. Er zijn ook geen flessen, spenen of andere zaken nodig.



Bij de productie van kunstvoeding daarentegen komt er heel wat kijken... : zie deze afbeelding uit "Protecting Infant Health" (12e ed. - IBFAN) dat uitleg geeft over de *Internationale Gedragscode voor het op de markt brengen van vervangingsmiddelen voor moedermelk* en de erop volgende *WHO-resoluties*. Meer info op www.vbbb.be/wetgeving



7 AUG.: UITSLUITEND BORSTVOEDING TOT 6 MAANDEN EN DAN OOK VASTE VOEDING

Met uitsluitend borstvoeding tot 6 maanden krijgt het kindje steeds wat het nodig heeft.

Daarna krijgt het geleidelijk vaste voeding, maar het is goed dat het daarnaast verder aan de borst blijft drinken, zolang het voor moeder en kind aangenaam blijft. Zo kan het wennen aan het eten van het gezin. Het is dus niet nodig op een bepaald moment over te schakelen naar kunstvoeding of hapjes en sapjes uit de winkel.

