**Информационный материал для размещения**

**на сайтах и в социальных сетях**

Неделя популяризации грудного вскармливания
(в честь Международной недели грудного вскармливания)

Период с 04.08.2025 по 10.08.2025 объявлен Министерством здравоохранения Российской Федерации как Неделя популяризации грудного вскармливания
(в честь Международной недели грудного вскармливания).

Тема Всемирной недели поддержки грудного вскармливания в 2025 году посвящена окружающей среде и изменению климата.

Цель данной темы - подчеркнуть роль поддержки грудного вскармливания для создания устойчивой среды и одновременного снижения воздействия на изменения климата, вызванного искусственным вскармливанием.

Символом Всемирной недели грудного вскармливания служит Триада, состоящая из двух взрослых и младенца, обведенная парой рук. Красная рука наверху обеспечивает защиту, а синяя рука внизу обеспечивает поддержку грудного вскармливания.

В рамках мероприятия сделаны акценты на то, что грудное молоко это натуральная, возобновляемая пища, которая безопасна для окружающей среды.

Грудное вскармливание – наилучший способ обеспечить новорожденных детей необходимыми им питательными веществами. Грудное молоко является идеальной пищей для малышей. Оно безопасное и содержит все необходимое для защиты организма ребенка в ранний период после рождения. ВОЗ рекомендует исключительно грудное вскармливание детей до достижения ими шестимесячного возраста, а после - продолжать его вместе с надлежащим прикормом. Кормлению детей грудным молоком следует приступать уже в течение первого часа после родов.

Дети, находящиеся на грудном вскармливании, лучше справляются с тестами на интеллект, реже страдают избыточным весом и менее склонны к диабету в более позднем возрасте.

Кроме того, во время грудного вскармливания налаживается телесный и психологический контакт между малышом и мамой (визуальный, тактильный и вербальный). Сформированный в процессе вскармливания грудью контакт между матерью и ребенком оказывает влияние на дальнейшее развитие материнско-детских отношений в другие возрастные периоды.

Грудное вскармливание полезно еще и тем, что:

- развивает мышцы, способствует росту и развитию ребенка;

- полезно для роста зубов, костей и ногтей новорожденного;

- благотворно влияет на функционирование сосудов сердца и на состояние нервных клеток;

- участвует в формировании новых тканей и клеток;

- ускоряет выздоровление (в случае заболевания малыша);

- благотворно влияет на психологическое развитие и эмоциональное состояние;

- успокаивает и налаживает сон ребенка;

- формирует правильный прикус;

- ускоряет и облегчает период адаптации к новым условиям.

Грудное вскармливание очень удобно: молоко не требуется специально готовить, греть.

Успешная лактация оказывает благотворное влияние и на маму. Она помогает скорее восстановиться после родов, поддерживает ее здоровье и стабилизирует гормональный фон, положительно влияет на психологическое и эмоциональное состояние, помогает вернуть форму фигуре женщины, а также снижает риск рака молочной железы и яичников, диабета II типа и послеродовой депрессии.

По оценкам, во всем мире только менее половины грудных детей в возрасте до 6 месяцев получают исключительно грудное вскармливание. ВОЗ и ЮНИСЕФ совместно разработали Глобальную стратегию по кормлению детей грудного возраста. Эта программа должна обеспечить улучшение питания младенцев, их рост и развитие, а также укрепление их здоровья. Стратегия основана на фактических данных, подтверждающих значение питания в первые месяцы и годы жизни ребенка. В ней подчеркивается важность предоставления каждой матери поддержки, которая необходима ей для выполнения своей важной роли.

В эту неделю во всем мире проводятся мероприятия, посвященные темам по защите, поощрению и поддержке грудного вскармливания.

Каждой маме необходимо помнить, что здоровье ее ребенка напрямую зависимость от постоянного и правильного грудного вскармливания, которое должно начинаться уже в течение первого часа после рождения и происходить «по требованию» малыша.

В законодательстве Российской Федерации предусмотрены меры по поддержке молодых родителей для возможности совмещения ухода за ребенком и работой

**Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ**

**«Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации**»

 *Статья 52. «Права беременных женщин и матерей в сфере охраны здоровья»*

1. Материнство в Российской Федерации охраняется и поощряется государством.

2. Каждая женщина в период беременности, во время родов и после родов обеспечивается медицинской помощью в медицинских организациях в рамках программы государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи.

3. Обеспечение полноценным питанием беременных женщин, кормящих матерей, а также детей в возрасте до трех лет осуществляется по заключению врачей в соответствии с законодательством субъектов Российской Федерации.

**«Трудовой кодекс Российской Федерации»/ от 30.12.2001 № 197-ФЗ (ред. от 07.04.2025)** *Статья 258. Перерывы для кормления ребенка*

1. Работающим женщинам, имеющим детей в возрасте до полутора лет, предоставляются помимо перерыва для отдыха и питания дополнительные перерывы для кормления ребенка (детей) не реже чем через каждые три часа продолжительностью не менее 30 минут каждый. Такие перерывы позволяют организовать процесс кормления с максимальным комфортом как для матери, так и для ребенка. Данная гарантия не зависит от способа вскармливания малыша, то есть абсолютно неважно кормите вы ребенка грудью, или он находится на искусственном вскармливании, перерыв вам положен.

2. При наличии у работающей женщины двух и более детей в возрасте до полутора лет продолжительность перерыва для кормления устанавливается не менее одного часа.

3. По заявлению женщины перерывы для кормления ребенка (детей) присоединяются к перерыву для отдыха и питания либо в суммированном виде переносятся как на начало, так и на конец рабочего дня (рабочей смены) с соответствующим его (ее) сокращением.

4. Перерывы для кормления ребенка (детей) включаются в рабочее время и подлежат оплате в размере среднего заработка.

**«Трудовой кодекс Российской Федерации» от 30.12.2001 № 197-ФЗ**

*Статья 264. Гарантии и льготы лицам, воспитывающим детей без матери*

Гарантии и льготы, предоставляемые женщинам в связи с материнством, могут распространяться и на отцов, воспитывающих детей без матери, а также на опекунов или попечителей.

**«Трудовой кодекс Российской Федерации» от 30.12.2001 № 197-ФЗ**

*Статья 254. Перевод на другую работу беременных женщин и женщин,*

*имеющих детей в возрасте до полутора лет*

Женщины, имеющие детей в возрасте до полутора лет, могут быть переведены на другую работу с оплатой труда по выполняемой работе, но не ниже среднего заработка по прежней работе, в случае невозможности выполнения прежней работы и использования перерывов для кормления ребенка (проводник на железной дороге).

**«Трудовой кодекс Российской Федерации» от 30.12.2001 № 197-ФЗ**

*Статья 256. Отпуск по уходу за ребенком*

1. По заявлению женщины ей предоставляется отпуск по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет (с выплатой ежемесячного пособия по уходу до 1,5 лет и неоплачиваемый от 1,5 до 3 лет). Отпуска по уходу за ребенком могут быть использованы полностью или по частям также отцом ребенка, бабушкой, дедом, другим родственником или опекуном, фактически осуществляющим уход за ребенком.

2. По заявлению женщины или лиц, указанных в пункте 1, во время нахождения в отпусках по уходу за ребенком они могут работать на условиях неполного рабочего времени или на дому с сохранением права на получение пособия по государственному социальному страхованию.

3. На период отпуска по уходу за ребенком за работником сохраняется место работы (должность).

4. Отпуска по уходу за ребенком засчитываются в общий и непрерывный трудовой стаж, а также в стаж работы по специальности (за исключением случаев досрочного назначения страховой пенсии по старости).

**«Трудовой кодекс Российской Федерации» от 30.12.2001 № 197-ФЗ**

*Статья 298. Ограничения на работы вахтовым методом*

1. К работам, выполняемым вахтовым методом, не могут привлекаться женщины, имеющие детей в возрасте до трех лет.

**Важно знать:** грудное вскармливание способствует здоровью малыша и его мамы!