

# **PRAVILNA ISHRANA KAO DOMINIRAJUĆI FAKTOR ZA ZDRAVLJE DETETA I ORGANIZMA U RAZVOJU ŠTO JE PODLOGA I ZA ZDRAVLJE ČOVEKA ADULTNOG I TREĆEG ŽIVOTNOG DOBA**

Vulović D.

*<sup>1</sup>Dom zdravlja Jagodina*

**UVOD:** Pravilna ishrana je dominirajući faktor zaštite i unapređenja zdravlja deteta i organizma u razvoju a i čoveka adultnog i trećeg životnog doba- pravilna ishrana je moćni faktor rasta i razvoja mladog organizma i jačanja njegovih imunobioloških snaga tako značajnih za trajnu vitalnost čoveka.

**CILJ:** Uvek treba naglašavati da je za zdravlje deteta i organizma u razvoju pravilna ishrana najuticajniji faktor-dominirajući faktor za rast i razvoj u svetlosti težnje zdravlju sa svakog aspekta (slušanje glasa higijene i glasa etike, neumorno hodanje higijene i etike ruku pod ruku) sa apsolutnim uvažavanjem dojenja-blagotvornosti majčinog mleka i materinstva.

**MATERIJALI I METODI RADA:** Ima se u vidu naša populacija Jagodine i Levča kao i opservacija i refleksija u vezi sa problematikom pravilne ishrane deteta i mladeži, a i odraslih i starih u svetlosti rada Službe polivalentne patronaže i svakog rada lekara prvog kontakta (opštemedicinski rad, pedijatrijski rad i drugo).

**REZULTATI:** Sagledavanje pitanja pravilne ishrane u porodicama spomenutih populacija evidentno ukazuje na koorelaciju između pravilne ishrane i zdravlja pripadnika populacije svakog životnog doba s tim što se posebno ima u vidu detinjstvo u užem, širem i najširem smislu reči. (Oni koji su kao dete i organizam u razvoju imali dobru i pravilnu ishranu imaju dobar tok života i u reproduktivnom periodu i dalje). Dete iz porodice sa pravilnom ishranom napreduje lepo.

**ZAKLJUČAK:** Dakle tamo gde je pravilna ishrana u porodici tamo je i zdravlje dece i mladeži, a i odraslih i starih. (Zdravlje, snaga na usta ulazi). Pravilna ishrana u tesnoj je vezi sa nekim osnovnim dobrim organizovanjem življenja-vezana je za pitanje poštovanja principa higijene ishrane i

poštovanje principa lične higijene kao i principa koji izbijaju iz higijensko epidemioloških pouka, zdravstvene nege deteta i ostalog.