

Penting Mencegah Stunting

1. Pengertian



Stunting adalah kondisi gagal tumbuh dimana tinggi badan anak lebih pendek dari standar usianya akibat kekurangan gizi kronis pada periode 1000 hari pertama kehidupan yaitu sejak janin dalam kandungan hingga anak berusia dua tahun

2. Dampak

- Kemampuan belajar rendah
- Tingkat kecerdasan turun
- Rentan terserang infeksi penyakit
- Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti diabetes, penyakit jantung dan lain-lain pada usia dewasa
- Menurunnya produktivitas dan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) suatu negara

3. Pencegahan



- Menjaga asupan nutrisi dan gizi selama masa kehamilan
- Rutin memeriksakan kehamilan di fasilitas kesehatan
- Memberikan ASI eksklusif pada 6 bulan pertama kehidupan bayi
- Memberikan MPASI gizi seimbang
- Memberikan anak makanan dengan gizi seimbang tinggi protein dan vitamin
- Memeriksakan tumbuh kembang anak secara rutin di posyandu

