

## Preporuke za upotrebu omega-3 masnih kiselina kod novorođenčadi i djece

Saglasno sa preporukama EFSA (European Food Safety Authority) i WHO (Svjetska zdravstvena organizacija), te preporukama i iskustvu pedijataru iz Srbije, neonatolozi Republike Srpske sa šefovima neonatoloških odjeljenja najvećih porodilišta u zemlji; su na stručnom sastanku održanom 05.04. 2019. godine u Tesliću usvojili sljedeće preporuke:

- Preporučuje se suplementacija sa DHA (dokozaheksanska kiselina) omega-3 masnim kiselinama kod sve novorođenčadi, dojenčadi i male djece, do 2 godine života, u dozi od 100 mg DHA dnevno.
- Kod djece iznad 2 godine života preporučuje se suplementacija sa EPA+DHA omega-3 masnih kiselina u dozi od 250 mg.

Razlozi kojima smo se vodili prilikom usvajanja preporuka su sljedeći:

Neosporna je uloga DHA u:

- Razvoju nervnog sistema, mozga, mentalnih i kognitivnih funkcija
- Poboljšanju psihomotorne funkcije
- U razvoju normalnog vida, oštine vida i funkcije oka

Razlozi suplementacije DHA omega-3-masne kiseline:

- DHA omega-3-masne kiseline su izuzetno važna strukturna komponenta cerebralnog korteksa i retine
- Ljudski organizam ne može sam da sintetiše DHA omega-3 masne kiseline
- Majčino mlijeko je važan izvor DHA, ali je direktno zavisano od majčinog unosa omega-3 masne kiseline
- 50% trudnica ne unosi dovoljno omega-3 masne kiseline i zato se preporučuje suplementacija ovih kiselina u toku trudnoće i dojenja
- Unos ribe kod trudnica i uopšte stanovništva našeg podneblja je četiri puta manji od preporučenog

Sastanku prisustvovali: mr sc. dr Ljilja Solomun, dr Ljubo Višekruna, mr sc. dr Dragica Jojić, dr Ljiljana Buha, dr Miroslav Jović, dr Živka Kajmaković, dr Branka Gavrić, dr Ružica Borović, dr Olivera Ćosić, dr Andrija Vukotić, dr Slađana Kolarov, prof. dr Nedeljko Radlović, prof. dr Fahrija Skokić, prof. dr Jelica Predojević Samardžić.