



Anak Terlindungi, Indonesia Maju Generasi Bebas Stunting



Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar.

Apakah semua balita pendek itu pasti stunting?

Perlu diketahui bahwa tidak semua balita pendek itu stunting, sehingga perlu dibedakan oleh dokter anak, tetapi anak yang stunting pasti pendek.



Dampak stunting terhadap kesehatan:

- **Gagal tumbuh**
(berat lahir rendah, kecil, pendek, kurus), hambatan perkembangan kognitif dan motorik.
- **Gangguan metabolik pada saat dewasa**
Risiko penyakit tidak menular (diabetes, obesitas, stroke, penyakit jantung, dan lain sebagainya).

Apakah stunting bisa dicegah?

Berikut beberapa tips mencegah stunting :



Saat Remaja Putri

Skrining anemia dan konsumsi tablet tambah darah.



Saat Masa Kehamilan

Disarankan untuk rutin memeriksakan kondisi kehamilan ke dokter. Perlu juga memenuhi asupan nutrisi yang baik selama kehamilan. Dengan makanan sehat dan juga asupan mineral seperti zat besi, asam folat, dan yodium harus tercukupi.



Saat Masa Balita

- Terapkan Inisiasi Menyusui Dini (IMD).
- Imunisasi
- ASI Eksklusif
- Pemantauan tumbuh kembang anak



Gaya Hidup Bersih dan Sehat

Terapkan gaya hidup bersih dan sehat, seperti mencuci tangan sebelum makan, memastikan air yang diminum merupakan air bersih, buang air besar di jamban, sanitasi sehat, dan lain sebagainya.

(Sumber: Berbagai Sumber)



PT Asuransi Jiwa Inhealth Indonesia berizin dan diawasi oleh Otoritas Jasa Keuangan