



ODPORNOŚĆ DZIECKA

Jak rozwija się układ immunologiczny w pierwszych latach życia dziecka?



OKRES PRENATALNY DZIECKA

Wykształcają się mechanizmy obronne

OKRES PO NARODZINACH DZIECKA

Posiada przeciwciała otrzymane podczas życia płodowego

OKRES PO PIERWSZYCH URODZINACH DZIECKA

Układ odpornościowy intensywnie się kształtuje

JAK WSPIERAĆ ODPORNOŚĆ DZIECKA PO PIERWSZYM ROKU ŻYCIA?



Zabawy z rówieśnikami



Zmiana klimatu



Czas na świeżym powietrzu



Odpowiednia dieta

WARTO PAMIĘTAĆ

1, 2, 3...

Układ odpornościowy **najintensywniej kształtuje się** w ciągu pierwszych **3-ich lat**, ale proces ten trwa nawet do 12. roku życia

80%

80% dzieci w wieku 1-3 lata w Polsce ma **dietę zbyt ubogą w witaminę D**, która odgrywa istotną rolę w **kształtowaniu się układu odpornościowego**

Wit. D

Należy dbać o podawanie dziecku **produktów zawierających witaminę D**



Mleko modyfikowane typu Junior pomaga uzupełnić zbilansowaną dietę dziecka **o witaminę D**

