

# Αξιολόγηση Καμπυλών Ανάπτυξης του ΠΟΥ (WHO) και Συμβουλευτική – Μηνύματα και Δράσεις

Μέτρηση του ύψους/μήκους, βάρους και περίμετρο κεφαλής σύμφωνα με τα τοπικά/εθνικά πρωτόκολλα

Σχεδιασμός πάνω στις καμπύλες του WHO με βάση το πρωτόκολλο της περιοχής/ του έθνους

Ανασκόπηση όλων των προηγούμενων μετρήσεων που βρίσκονται στο ιστορικό του ατόμου. Εάν ο ρυθμός ανάπτυξης είναι εκτός αναμενόμενων παραμέτρων ή είναι ο μη αναμενόμενος ρυθμός, τότε ελέγχεται ο υπολογισμός της ηλικίας, οι μετρήσεις και ο σχεδιασμός, ενώ αν κρίνεται απαραίτητο επαναλαμβάνονται οι μετρήσεις εκ νέου ομοίως και ο σχεδιασμός

Μετρήσεις ανάπτυξης Στην 3η εκατοστιαία θέση ή πάνω από αυτήν και στην 85η εκατοστιαία θέση και κάτω από αυτήν (97η εκατοστιαία θέση για την περίμετρο κεφαλής) και σύμφωνα με τα προηγούμενα εκατοστημόρια	Περίμετρος κεφαλής για ηλικίες 0-2 ετών Κάτω από την 3η εκατοστιαία θέση σε συνδυασμό με αργή ανάπτυξη Ή Πάνω από την 97η εκατοστιαία θέση σε συνδυασμό με γρήγορη ανάπτυξη	Μετατόπιση στα εκατοστημόρια (οποιαδήποτε απότομη αλλαγή) ή και ευθυγράμμιση της γραμμής της ανάπτυξης	Κάτω από την 3η εκατοστιαία θέση		Πάνω από την 85η εκατοστιαία θέση	
			0-2 ετών Βάρος για την ηλικία Μήκος για την ηλικία Βάρος για το μήκος	2-19 ετών BMI για την ηλικία Βάρος για την ηλικία Ύψος για την ηλικία	0-2 ετών Βάρος για το μήκος	2-19 ετών BMI για την ηλικία

## Μηνύματα κλειδιά για την οικογένεια

Το μοτίβο ανάπτυξης φαίνεται φυσιολογικό. Το μοτίβο κάθε παιδιού μπορεί να αλλάξει

Η περίμετρος του κεφαλιού είναι «μικρή» ή «μεγάλη»

Το μοτίβο ανάπτυξης μπορεί να αλλάξει

Το βάρος μπορεί να είναι χαμηλό  
Το μήκος/ ύψος μπορεί να είναι χαμηλό

Το βάρος μπορεί να προπορεύεται του μήκους/ ύψος

Ελέγξτε όλα τις μετρήσεις ανάπτυξης συλλογικά. Κάντε ανασκόπηση στα πρότυπα σημεία της συζήτησης με τους γονείς (βλ. πίσω). Μπορεί να συστηθεί η πραγματοποίηση της επόμενης επίσκεψης για την παρακολούθηση της ανάπτυξης να γίνει νωρίτερα από το προγραμματισμένο ραντεβού. Συζητήστε για τα σχετικά προγράμματα που παρέχει η κοινότητα

Ενίσχυση της θετικής συμπεριφοράς!

Αυτό μπορεί να είναι ένα φυσιολογικό μοτίβο ανάπτυξης, παρόλα αυτά σηματοδοτεί την ανάγκη για παρακολούθηση και αξιολόγηση. Προγραμματίστε παρακολούθηση. Να λαμβάνονται υπόψη οι παραπομπές σε άλλους επαγγελματίες υγείας για πιο λεπτομερή αξιολόγηση και παροχή συμβουλών - διαιτολόγο, οικογενειακό γιατρό, σύμβουλο θηλασμού ή παιδίατρο.

## Εκτίμηση των καμπυλών ανάπτυξης και συμβουλευτική παρέμβαση: σημεία κλειδιά και τρόπος δράσης

### Βασικά μηνύματα σχετικά με την ανάπτυξη

- Οι μετρήσεις είναι εργαλεία ανίχνευσης για την υγεία
- Η ανάπτυξη αποτελεί δείκτη γενικής υγείας
- Τα μοτίβα ανάπτυξης αξιολογούνται σε ατομικό επίπεδο
- Η ανάπτυξη μπορεί να αντανακλά οικογενειακά μοτίβα
- Το μοτίβο ανάπτυξης διαχρονικά είναι σημαντικότερο σε σχέση με μια μόνο μέτρηση

### Συμβουλευτική: Βασικά σημεία συζήτησης

#### 0-2 ετών

- Θηλασμός και τεχνικές υποστήριξης
- Σίτιση με φόρμουλα - τεχνικές, παρασκευή κλπ.
- Γάλα κατάλληλο για την ηλικία, ροφήματα και εισαγωγή στερεάς τροφής

#### 2-19 ετών

- Πρόσληψη τροφών υψηλών σε λίπος, ζάχαρη ή αλάτι
- Θέματα εικόνας σώματος
- Διαταραγμένο Διατροφικό πρότυπο
- Καλή διατροφή σύμφωνα με εθνικά πρότυπα

- Γενική κατάσταση υγείας του παιδιού
- Ύπαρξη ή πρόσφατο ιστορικό οξείας νόσου
- Ύπαρξη χρόνιου νοσήματος ή ειδικές ανάγκες φροντίδας υγείας
- Στρες ή αλλαγές στη ζωή του παιδιού
- Οικογενειακά μοτίβα ανάπτυξης
- Οικογενειακά μοτίβα γευμάτων
- Μοτίβα ύπνου
- Σχέσεις παιδιού με τη σίτιση
- Οικογενειακές συνήθειες φυσικής δραστηριότητας
- Συνήθη γεύματα και δραστηριότητες στη φροντίδα του παιδιού ή στο σχολείο
- Χρόνος μπροστά σε οθόνη (υπολογιστή, τηλεόραση κ.α.)
- Ποσότητα χυμών ή/και ροφημάτων με προσθήκη ζάχαρης
- Επισιτιστική ασφάλεια: διαθεσιμότητα και πρόσβαση σε υγιεινά τρόφιμα

Οι τιμές «κατώφλια» έχουν δημιουργηθεί για να παρέχουν οδηγίες για περαιτέρω αξιολόγηση, παραπομπή και παρέμβαση.  
**Δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται ως διαγνωστικά κριτήρια**

Δείκτης ανάπτυξης	0-2 ετών	2-5 ετών	5-19 ετών	Ανησυχία για την Ανάπτυξη (Growth Concern)	
Βάρος προς ηλικία	<3η	<3η	<3η	Λιποβαρής	(Underweight)
	<3η	<3η	<3η	Ελλιπής ανάπτυξη ύψους	(Stunted)
Βάρος προς μήκος	<3η			Υποθρεψία	(Wasted)
Βάρος προς μήκος	>85η			Κίνδυνος υπέρβαρου	(Risk of overweight)
Βάρος προς μήκος	>97η			Υπέρβαρος	(Overweight)
Βάρος προς μήκος	>99,9η			Παχύσαρκος	(Obese)
Περίμετρος κεφαλής	<3η ή >97η			Περίμετρος κεφαλής	(Head Circumference)
ΔΜΣ προς ηλικία		<3η	<3η	Υποθρεψία	(Wasted)
ΔΜΣ προς ηλικία		>85η		Κίνδυνος υπέρβαρου	(Risk of overweight)
ΔΜΣ προς ηλικία		>97η	>85η	Υπέρβαρος	(Overweight)
ΔΜΣ προς ηλικία		>99,9η	>97η	Παχύσαρκος	(Obese)
ΔΜΣ προς ηλικία			>99,9η	Σοβαρή παχυσαρκία	(Severely Obese)

Dietitians of Canada. 2014. All Rights Reserved. May be reproduced for non-commercial educational use only. Adapted from: *Growth Assessment and Counselling Summary Sheet*, 2011. Alberta Health Services. [www.whogrowthcharts.ca](http://www.whogrowthcharts.ca)