

Mam, Simak Pertumbuhan Anak dengan Grafik Tumbuh Kembang Ini

SEP 8, 2022

Grafik pertumbuhan anak merupakan grafik yang menggambarkan tumbuh kembang optimal anak-anak. Dengan menggunakan grafik pertumbuhan, Mam bisa melihat apakah Si Kecil berada pada berat dan tinggi badan ideal atau tidak. Grafik ini juga beberapa indikator lain untuk menentukan tumbuh kembang Si Kecil.

Grafik tumbuh kembang ini berpatokan pada anak-anak yang tinggal di lingkungan yang diyakini mendukung apa yang disebut oleh peneliti WHO sebagai pertumbuhan optimal. Lingkungan ideal ini berada di enam negara di seluruh dunia, yaitu Brazil, Ghana, India, Norway, Oman and USA.

Grafik pertumbuhan WHO menampilkan pola di antara anak-anak yang mengonsumsi ASI selama minimal 4 bulan dan masih mengonsumsi ASI pada usia 12 bulan. Grafik ini juga menjadi standar tumbuh kembang anak ketika hidup di dalam kondisi optimal.

Distribusi grafik menunjukkan bagaimana bayi dan anak-anak tumbuh dalam kondisi lingkungan seperti ini. Grafik pertumbuhan terdiri dari serangkaian kurva persentil yang menggambarkan distribusi ukuran tubuh terpilih pada anak-anak.

Meski WHO baru merilis grafik pertumbuhan yang terbaru pada tahun 2006 lalu, grafik pertumbuhan sendiri telah digunakan di Amerika Serikat sejak tahun 1977 dan juga digunakan sebagai salah satu alat untuk memantau pertumbuhan anak di Indonesia.

Indikator Grafik Pertumbuhan Anak

- Ada beberapa indikator yang digunakan pada kurva WHO untuk memantau pertumbuhan anak, yakni:
- Panjang badan menurut usia (laki-laki dan perempuan usia 0-5 tahun)
- Berat badan menurut usia (laki-laki dan perempuan usia 0-5 tahun)

- Berat badan menurut panjang badan (laki-laki dan perempuan usia 0-2 tahun)
- Indeks massa tubuh untuk usia (laki-laki dan perempuan usia 0-5 tahun)
- Lingkar kepala menurut usia (laki-laki dan perempuan berusia 0-5 tahun)
- Lingkar lengan atas (laki-laki dan perempuan)
- Lipatan kulit subskapular menurut usia (laki-laki dan perempuan).

Baca Juga: 7 Nutrisi Otak yang Penting untuk Pertumbuhan Anak

Cara membaca grafik pertumbuhan

Meski digunakan di seluruh dunia, grafik pertumbuhan digunakan sebagai sebatas salah satu alat yang berperan dalam membaca pengukuran Si Kecil, bukan sebagai pedoman tunggal. Untuk membaca atau mem-plot grafik pertumbuhan pada setiap grafik, Mam dapat mencari usia anak pada sumbu horizontal.

Saat mem-plot berat badan menurut panjang, maka cari panjang pada sumbu horizontal, lalu tarik garis lurus atau penggaris siku untuk menggambar garis vertikal. Setelah itu, cari ukuran yang sesuai (berat, panjang, tinggi, indeks massa tubuh) pada sumbu vertikal. Tarik garis lurus atau penggaris siku untuk menggambar garis horizontal dari titik tersebut hingga memotong garis vertikal. Beri tanda titik di mana dua garis tersebut bersinggungan.

Keunikan setiap anak membuat kecepatan pertumbuhan berbeda-beda. Penggunaan grafik pertumbuhan sebagai pedoman akan memudahkan Mam untuk mengetahui berada di level tumbuh kembang mana Si Kecil berada. Grafik pertumbuhan anak tersebut juga meliputi berbagai aspek, salah satunya adalah pemenuhan nutrisi.

Tidak bisa dipungkiri jika nutrisi, inspirasi, serta stimulasi yang tepat penting untuk anak. Untuk itu, berikan Si Kecil S-26 Procal Nutrissentials setiap hari sebagai salah satu #CaraPintarMam untuk memperkuat fondasi belajar Si Kecil.

Segelas susu ini mengandung tinggi Kolin, Asam Linoleat, serta Protein untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain itu, S-26 Procal Nutrissentials juga mengandung berbagai nutrisi seperti Zat Besi, Zink, Asam Folat, Vitamin B kompleks serta Vitamin B12 dan lainnya. S-26 Procal Nutrissentials tersedia dalam rasa Vanilla dengan berbagai varian ukuran mulai dari 400 gram, 700 gram, hingga 1400 gram.

Source :

who.int/tools/child-growth-standards/standards

cdc.gov/growthcharts/who_charts.htm#The%20WHO%20Growth%20Charts

cdc.gov/growthcharts/index.htm

cdc.gov/nccdphp/dnpa/growthcharts/resources/growthchart.pdf

Bagikan sekarang