

Lactogrow Berbagi Tips Pola Asuh di Medan



Brand Executive Nestle Lactogrow Pramudita Sarastri (kanan) memaparkan gaya pola asuh Grow Happy dalam acara workshop bertema Grow Happy Parenting di Medan, Rabu (14/11). (Foto: LintasMedan/Irma)

Medan, 14/11 (LintasMedan) – Perusahaan makanan dan minuman terbesar di dunia Nestle melalui salah satu produknya Lactogrow, di Medan, Rabu, mengadakan workshop bertema Grow Happy Parenting untuk berbagi tips mengenai gaya pola asuh kepada para orang tua yang memiliki beragam tantangan.

“Kegiatan (workshop) ini merupakan tindak lanjut dari hasil pemaparan studi Child Happiness yang diumumkan Nestle Lactogrow pada Juli 2018 lalu di Jakarta,” kata Brand Executive Nestle Lactogrow, Pramudita Sarastri kepada pers di sela kegiatan workshop.

Disebutkan, Nestle Lactogrow merupakan susu pertumbuhan untuk anak usia 1 tahun ke atas yang mengandung ‘Lactobacillus reuteri’, asam linoleat (Omega 6), Omega 3, minyak ikan, 12

vitamin dan 7 mineral.

Menurut dia, Nestle Lactogrow berupaya untuk membantu orang tua dengan menggelar workshop Grow Happy Parenting untuk berbagi informasi dan kiat mengenai pola asuh anak serta tips memberikan nutrisi seimbang dan lengkap untuk tumbuh bahagia, yang dapat diterapkan dengan mudah.

Melalui kampanye Grow Happy, lanjut Pramudita, Nestle Lactogrow ingin membantu orang tua untuk bisa menerapkan kemampuan untuk membangun kebahagiaan dirinya sendiri agar bisa membagikan kebahagiaannya pada anak dan keluarga serta menyediakan nutrisi yang optimal bagi anak-anak untuk tumbuh bahagia.

“Kami berupaya membantu para orang tua melalui upaya edukasi untuk menemukan bagaimana formulasi tumbuh bahagia melalui keselarasan nutrisi, stimulasi, dan keterlibatan orang tua yang sesuai dengan kondisi mereka masing-masing,” tuturnya.

Oleh karena itu, katanya, kunci tumbuh bahagia dimulai dari pilihan orang tua di mana pilihan orang tua akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak-anak mereka di masa depan.

Acara tersebut juga menghadirkan Psikolog Elizabeth Santosa yang menjelaskan bahwa pada umumnya para orang tua sudah mengerti teori pentingnya mendukung anak tumbuh bahagia, seperti menghabiskan waktu yang berkualitas dengan anak.

Namun yang menjadi tantangan adalah bagaimana mewujudkan kondisi tumbuh bahagia (Grow Happy).

Dikatakan Elizabeth, banyak orang tua yang masih belum bisa memaksimalkan keterlibatan mereka bersama anak meskipun telah susah payah menyisihkan waktu.

Selain itu, tantangan hidup modern seperti tingkat stres yang lebih tinggi atau interaksi yang intens dengan handphone misalnya, juga membuat keterlibatan emosional menjadi

tantangan baru bagi orang tua.

Ia mengingatkan, keterlibatan orang tua dalam kegiatan anak sebaiknya bukan hanya terfokus pada jenis aktivitas, melainkan waktu kebersamaan.

“Lakukan “eye-to-eye contact” saat bersama anak dan buatlah anak merasa dirinya paling penting,” katanya.

Sementara itu, Dokter Spesialis Anak, dr Fatima Safira Alatas PhD, SpA(K) mengatakan, sangat penting bagi orang tua untuk mengetahui dan mengerti nutrisi seimbang termasuk susu dengan kandungan gizi untuk melengkapi asupan nutrisi bagi buah hati mereka.

“Anak yang mengonsumsi makanan bergizi lengkap dan seimbang akan memiliki saluran pencernaan yang sehat dan dapat menyerap nutrisi dengan baik,” paparnya.

Dengan demikian, menurut dia, anak akan memiliki selera makan dan pola tidur yang baik yang dapat menunjangnya untuk tumbuh dan berkembang secara optimal.

Untuk membentuk saluran cerna yang sehat, tentunya harus senantiasa dijaga keseimbangan mikrobiota usus, yaitu dengan mengonsumsi makanan bernutrisi lengkap dan bervariasi, konsumsi makanan yang mengandung probiotik yang bermanfaat bagi kesehatan pencernaan.

Tips lain yang tidak kalah penting, yakni menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh dengan melakukan olahraga secara teratur.

(LMC-02)