

## Nestlé for Healthier Kids, Mendukung Masa Depan Si Kecil Lebih Sehat



Minimnya pengetahuan orang tua akan asupan gizi anak menjadi salah satu factor penyebab tingginya kasus malnutrisi di Indonesia dan bahkan di dunia. Mengingat asupan gizi adalah salah satu hal penting agar si Kecil menjadi anak yang sehat, orang tua perlu mendukung si Kecil membentuk kebiasaan makan sehat sejak dini karena kebiasaan ini cenderung bertahan selama masa anak-anak hingga saat si kecil memasuki fase remaja kelak. Kebiasaan makan yang sehat tentunya akan membantu memastikan si Kecil selalu berenergi untuk melakukan berbagai aktivitas, mengurangi risiko si Kecil terkena penyakit, menjaga produktivitas si Kecil dan menjaga berat badannya tetap stabil sehingga ia tak mengalami malnutrisi.

### **Mengapa peran Ibu dan Ayah penting?**

Orang tua adalah lingkungan terdekat si Kecil dan melalui orang tua si Kecil belajar berbagai hal dan kebiasaan yang akan terus terbawa sampai ia besar nanti, termasuk kebiasaan hidup sehat. Misalnya, anak yang sering diajak oleh Ibu dan Ayahnya bermain di luar ruang dan berolahraga akan lebih mungkin untuk rutin melakukan aktivitas fisik dibandingkan dengan yang tidak. Atau, anak yang rutin makan bersama keluarga di meja makan akan lebih terbiasa untuk mengonsumsi buah dan sayur. Bisa Ibu lihat bukan, orang tua yang mendorong dan mencontohkan kebiasaan sehat bagi keluarganya akan menjadikan si Kecil anak yang lebih sehat pula.

## **Bagaimana Nestlé dapat mendukung si Kecil menjadi anak yang lebih sehat?**

Nestlé percaya bahwa membantu anak-anak membentuk kebiasaan sehat melalui beragam aktivitas salah satunya pemenuhan gizi seimbang dan bergerak lebih banyak akan membantu menjadikan anak lebih sehat, dan meningkatkan kualitas hidup untuk masa depan yang lebih sehat. Karenanya, program Nestlé for Healthier Kids adalah upaya Nestlé secara global untuk mengajak dan membantu orang tuadan pengajar di dunia membentuk pola hidup sehat bagi anak dimulai dari 1000 hari pertama kehidupannya sampai anak berusia 12 tahun melalui 6 kebiasaan baik, yaitu:

1. Beri Asupan Gizi Sesuai Usia
2. Konsumsi makanan bergizi seimbang dan beragam jenis
3. Mengatur porsi
4. Konsumsi air putih
5. Aktif bermain
6. Menikmati makan bersama keluarga

Melalui Nestlé for Healthier Kids, Nestlé secara global berkomitmen untuk membantu 50 juta anak untuk menjalani pola hidup sehat sehingga mereka tumbuh lebih sehat dan bahagia pada tahun 2030. Berikut upaya nyata yang dilakukan Nestlé untuk mendukung program Nestlé for Healthier Kids:

1. 3.000 ton gula dikurangi dari produk – produk Nestlé pada tahun 2020
2. 4 Miliar porsi produk difortifikasi dengan vitamin dan mineral
3. 200.000 anak turut serta dalam kegiatan olahraga MILO
4. 78.000 anak telah diberikan Pendidikan gizi melalui program Siap Sekolah DANCOW
5. 1.8 juta mangkuk Sereal gandum utuh dari NESTLÉ BREAKFAST CEREALS telah dikonsumsi oleh anak Indonesia

Yuk cari tahu lebih banyak seputar program Nestlé for Healthier Kids [di sini](#).

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/nestl-for-healthier-kids-mendukung-masa-depan-si-kecil-lebih-sehat.html>