

风险。因此，在儿童喂养实践中，应权衡利弊，帮助儿童实现其固有生长轨迹，获得不快也不慢的健康生长，谋求近期健康效益和远期健康结局之间的平衡。

3. WHO《儿童生长标准》适用于各国

《儿童生长标准》是WHO于2006年发布的生长参考数据。该标准依据1997—2003年期间开展的生长参考值多中心研究，收集多民族背景和文化环境的健康母乳喂养婴儿体格纵向追踪数据，包括体重、身长、BMI、头围、上臂围等指标的获得性生长数值和生长速度数值，采取相对于年龄或相对于身高的数据形式，用统计学方法描述其分布（均数、中位数、标准差、Z评分、百分位数），并拟合、绘制儿童生长曲线图。研究数据显示，在世界上任何地方出生并给予最佳生命开端的儿童，都有潜力发展到相同的体格范围；儿童生长至5岁前的差别，更多地受营养、喂养方法以及卫生保健因素的影响，而不是遗传或种族。基于此，WHO认为其儿童生长标准适用于各个国家。因此，本指南建议采用的《5岁以下儿童生长状况判定》（WS/T 423—2013）也参考了WHO《儿童生长标准》判断儿童生长状况。

（二）7~24月龄婴幼儿喂养指南

本指南适用于满6月龄（出生180天）至不满2周岁（24月龄内）的7~24月龄婴幼儿。

对于7~24月龄婴幼儿，母乳仍然是重要的营养来源，但单一的母乳喂养已经不能完全满足其对能量及营养素的需求，必须引入其他营养丰富的食物。

7~24月龄婴幼儿消化系统、免疫系统的发育，感知觉及认知行为能力的发展，均需要通过接触、感受和尝试，来体验各种食物，逐步适应并耐受多样的食物，从被动接受喂养转变到自主进食。这一过程从婴儿7月龄开始，到24月龄时完成。父母及喂养者的喂养行为对7~24月龄婴幼儿的营养和饮食行为也有显著的影响。回应婴幼儿摄食需求，有助于健康饮食行为的形成，并具有长期而深远的影响。

7~24月龄婴幼儿处于生命早期1000天健康机遇窗口期的第三阶段，适宜的营养和喂养不仅关系到婴幼儿近期的生长发育，也关系到长期的健康。针对我国7~24月龄婴幼儿营养和喂养的需求以及现有的主要营养问题，基于目前已有的证据，同时参考WHO、UNICEF和其他国际组织的相关建议，提出7~24月龄婴幼儿的喂养指南，制定如下6条膳食指导准则。

- 继续母乳喂养，满6月龄起必须添加辅食，从富含铁的泥糊状食物开始。
- 及时引入多样化食物，重视动物性食物的添加。
- 尽量少加糖盐，油脂适当，保持食物原味。
- 提倡回应式喂养，鼓励但不强迫进食。
- 注重饮食卫生和进食安全。
- 定期监测体格指标，追求健康生长。