* Konsep 1000 HPK [Source](https://cfns.ugm.ac.id/2022/10/24/pentingnya-seribu-hari-pertama-kehidupan-1000-hpk/) :

Seribu hari pertama kehidupan (1000 HPK) merupakan masa awal kehidupan saat terbentuk janin di dalam kandungan (270 hari) hingga dua tahun pertama kehidupan (730 hari) yang biasa disebut dengan golden period. Saat di dalam kandungan, organ-organ penting seperti otak, jantung, hati, ginjal, paru-paru, tulang mulai terbentuk dan berkembang dilanjutkan masa dua tahun setelah kelahiran, anak mulai beradaptasi dengan lingkungannya serta merupakan puncak perkembangan fungsi kognitif anak. Masa 1000 HPK sangat penting karena pada masa itu kondisi pertumbuhan dan perkembangan anak sangat pesat dan riskan sehingga berdampak terhadap kualitas dan kesehatan generasi pada masa yang akan datang. Pada masa 1000 HPK asupan gizi perlu diperhatikan mulai dari calon pengantin, calon ibu, janin hingga anak. Apabila asupan gizinya kurang maka berpotensi menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak, contohnya timbul penyakit tidak menular, pertumbuhan kognitif terhambat sehingga kurang cerdas dan kompetitif, gangguan pertumbuhan tinggi badan sehingga beresiko pendek bahkan stunting (Sudargo, 2018).

* Konsep makanan pendamping ASI (MP ASI) [Source](https://www.unicef.org/indonesia/id/media/2691/file/Kerangka-Aksi-MPASI-2019.pdf) :

Makanan Pendamping ASI (MP ASI) yang tepat dan sesuai rekomendasi dapat membantu mencegah stunting serta memperkenalkan kebiasaan makan sehat. Pemberian makanan pendamping ASI adalah pengenalan makanan padat atau semi padat untuk melengkapi pemberian ASI dan berlangsung antara usia 6 bulan hingga 2 tahun. Kebutuhan gizi terus meningkat secara signifikan selama periode ini dan panduan global WHO merekomendasikan: a) Pengenalan makanan tepat waktu (pada usia 6 bulan), b)Asupan makanan yang beragam (setidaknya 4 kelompok makanan sehari + ASI), c)Frekuensi makan (minimal 3 kali sehari), d) Terus menyusui (hingga 2 tahun atau lebih), d)Makanan aman yang disiapkan secara higienis. Di Indonesia, stunting meningkat tajam mulai usia 6 bulan ketika ASI saja tidak dapat memenuhi seluruh kebutuhan energi, protein, vitamin dan mineral.