

ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR GUIADA POR EVIDÊNCIAS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA COM ÊNFASE NA FORMA DE ABORDAGEM, RISCOS E BENEFÍCIOS DO MÉTODO BABY-LED WEANING (BLW)

Andressa Rocha Silva

Daniella Caires Pereira

Rafael Alves De Oliveira

Rebeca Magalhães Cardoso

Ana Paula Bianchi

DOI: 10.47094/IIICNNESP.2022/101

RESUMO

A abordagem Baby-Led Weaning (BLW), traduzido como “desmame guiado pelo bebê” vem sendo amplamente difundida e praticada atualmente. Essa técnica defende que os alimentos complementares à dieta sejam ofertados em forma de tiras, bastões ou pedaços, e há evidências de que tal processo apresenta benefícios para o desenvolvimento infantil. Objetivou-se revisar as apurações científicas a respeito do método BLW no âmbito da alimentação complementar com ênfase na forma de aplicação da abordagem, considerando seus riscos e benefícios. Realizou-se revisão integrativa com a busca de artigos que contemplassem o tema citado, em bases de dados eletrônicas, utilizando palavras-chave e/ou descritores relacionados ao método BLW, no qual foram identificados 60 artigos dos quais apenas 17 deles atendiam aos critérios de seleção. Evidenciou-se que o baby-led weaning se classifica em BLW estrito, BLW frouxo e BLW modificado. Além disso, o BLW esteve associado a uma maior variedade alimentar total, menor exposição a alimentos inadequados, maiores taxas de amamentação e maior propensão da participação dos bebês em refeições com a família. No entanto, a carência de alguns nutrientes, como o ferro e vitaminas, tornou-se uma preocupação. Conclui-se que, embora as evidências sejam favoráveis a prática, especialmente a do BLW modificado, arrisca-se não ser factível para várias famílias e, por conseguinte, não pode ser assegurado exclusivamente como forma única de introdução alimentar. Em virtude disso, torna-se importante ressaltar que os pais que pretendem seguir a abordagem BLW necessitam de uma educação nutricional cautelosa e aprofundada com o intuito de evitar qualquer prejuízo para seus bebês.

PALAVRAS-CHAVE: Introdução alimentar. Educação nutricional. Nutrição infantil.

ÁREA TEMÁTICA: nutrição.