

BABY-LED WEANING E SEUS BENEFÍCIOS NUTRICIONAIS

Lívia Maria Batista dos Santos¹ & Natasha Vasconcelos Albuquerque²

**¹ Aluna do Curso de Graduação em Nutrição do Centro Universitário –
UNIFAMETRO, Fortaleza/CE.**

**² Nutricionista. Mestre em Nutrição. Professora do Centro Univerditário –
UNIFAMETRO, Fortaleza/CE.**

E-mail para contato: nutriliviasantos@outlook.com

natasha.albuquerque@unifametro.edu.br

Título da Sessão Temática: *Alimentos Nutrição e Saúde.*

Evento: Conexão Unifametro – 2019.

Introdução: O baby-led weaning (BLW) é um método de alimentação infantil onde o próprio bebê, a partir dos 6 meses de idade, pratica seu “auto-desmame”. O BLW pode estar associado a aspectos positivos como as crianças não serem forçadas a comer, gerando menos ansiedade dos cuidadores, e conseqüentemente, menos pressão para a criança se alimentar. Outros benefícios do BLW são que as crianças adeptas a esse método estão mais sujeitas ao aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida como determina a Organização Mundial da Saúde (OMS), o que conseqüentemente gera a criança uma proteção importante contra infecções, excesso de peso, diabetes mellitus e má oclusão dentária. **Objetivos:** O presente trabalho tem como objetivo explicar o método baby-led weaning e os seus benefícios nutricionais para crianças **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa descritiva, no qual foram utilizadas as plataformas de pesquisa Literatura Internacional em Ciências da Saúde e Biomédica (MEDLINE), National Library of Medicine National Institutes of Health dos EUA (PUBMED), Scientific Eletronic Library Online (SCIELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciência da Saúde (LILACS), Índice Bibliográfico Espanhol e Ciência da Saúde (IBECS). A pesquisa utilizou a combinação dos descritores, “weaning”, “desmame”, “baby-led weaning”, “children”, “criança”, “baby”, “bebê”. Foram considerados como critérios de inclusão artigos científicos publicados em inglês e português, no período de 2001 a 2019, que avaliaram o método BLW e realizados com bebês a partir de seis meses de idade, avaliando o método blw na teoria e na prática. A coleta de dados foi realizada através da exploração de estudos que abordam o método BLW durante os meses de junho a agosto de 2019. Houve a exclusão de artigos que não foram localizados na integra, duplicados, que não trataram da temática e não gratuitos.

Resultados: Em um estudo realizado por (BRONW E LEE, 2011), com 655 mães de bebês entre 6 e 12 meses de idade, teve como um de seus resultados, a duração do aleitamento materno exclusivo foi maior entre as mães que aderiram ao método BLW, em maior número a ingestão de alimentos complementares foi iniciada por volta do sexto mês, estando, assim, dentro das recomendações da OMS. Além disso, sugere-se que pelo o fato de no método BLW os alimentos serem todos separados, fazendo com que o bebê sinta a textura e o sabor de cada alimento oferecido, ocorra um maior aprendizado sobre as capacidades saciantes dos

alimentos, fazendo com que assim, a criança possa ter mais saciedade na hora das refeições. De acordo com (RAPLEY, 2011), bebê tem todo o controle das refeições, o que torna esse momento mais divertido para os bebês e menos estressantes para os pais. Segundo (ANDRIES, 2018), também destaca-se que o BLW gera menos estresse na hora das refeições, pois é mais simples de segui-lo já que a criança é quem determina o ritmo das refeições. Além disso, a participação da família nos momentos de refeição, é de extrema importância pois a imitação contribui no processo de aprendizagem, e formação do comportamento alimentar do bebê. Amy Brown (2016), realizou um estudo com 604 mães no intuito de descobrir sobre personalidade materna, bem-estar, comportamento alimentar e decisões em torno da introdução alimentar das crianças, diante desse estudo foi descoberto que mães adeptas ao BLW, tinham menos ansiedade, sintomas de obsessão e compulsão, insegurança, alimentação reprimida e introversão **Conclusão:** Considerando que o método BLW, traz inúmeros benefícios tanto para o bebê como para a família, faz-se necessário uma maior divulgação do método, tanto para as famílias como para os profissionais de saúde, pois faz-se importante a orientação e conhecimento do método para uma adesão e continuidade do mesmo.

Descritores: “weaning”, “desmame”, “baby-led weaning”, “children”, “criança”, “baby”, “bebê”.

Referências: ANDRIES, Ana Letícia et al. Método baby-led weaning (BLW) no contexto da alimentação complementar: uma revisão. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 36, n. 3, p. 353-363, 2018.

BROWN, Amy. **Differences in eating behaviour, well-being and personality between mothers following baby-led vs. traditional weaning styles.** *Maternal & child nutrition*, v. 12, n. 4, p. 826-837, 2016.

BROWN, Amy; LEE, Michelle. **A descriptive study investigating the use and nature of baby-led weaning in a UK sample of mothers.** *Maternal & child nutrition*, v. 7, n. 1, p. 34-47, 2011.

D'AURIA, Enza et al. Baby-led weaning: what a systematic review of the literature adds on. **Italian journal of pediatrics**, v. 44, n. 1, p. 49, 2018.

MORISON, Brittany et al. **Impact of a modified version of baby-led weaning on dietary variety and food preferences in infants.** *Nutrients*, v. 10, n. 8, p. 1092, 2018.

MORISON, Brittany J. et al. **How different are baby-led weaning and conventional complementary feeding? A cross-sectional study of infants aged 6–8 months.** *BMJ open*, v. 6, n. 5, p. e010665, 2016.