**A UTILIZAÇÃO DO MÉTODO *BABY-LED WEANING* NA INTRODUÇÃO ALIMENTAR**

**RESUMO**

O presente trabalho objetivou-se em identificar na literatura científica estudos sobre a utilização do método *baby-led weaning* (BLW) na introdução alimentar de bebês. Trata-se de uma revisão bibliográfica da literatura científica nos bancos de dados do SciELO, Google Acadêmico e PubMed, nos anos de 2015 a 2020, utilizando os seguintes descritores: “alimentação complementar”, “*baby-led weaning*”, “BLW” e “introdução alimentar”. Os bebês adeptos ao *baby-led weaning* ingeriram maior quantidade de alimentos gordurosos e menor quantidade de alimentos fontes de micronutrientes. Porém, quando orientado sobre a oferta de micronutrintes aos cuidadores, o consumo dos mesmos não são afetados. Por outro lado, este método se mostrou promissor quanto a exigencia dos bebês aos alimentos. Também, não evidenciou direfença no índice de massa corporal (IMC). Em relação as mãe que aderiram o BLW, a maioria se desmostrou satisfeitas com o método, mesmo aquelas que se preocuparam com o engasgos. Contudo, algumas mães relataram aflição com a qualidade nutricinal dos alimentos consumidos e a bagunça na hora das refeições.

**Palavras-chave:** Alimentação complementar, Desmame, Nutrição infantil.

**1. INTRODUÇÃO**

O Ministério da Saúde preconiza o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida da criança (BRASIL, 2015), visto que, o leite materno fornece todas as necessidades energéticas do lactente até essa idade (GENIO et al., 2020). Além disso, o leite materno promove benefícios no crescimento e desenvolvimento da criança, reduz a morbimortalidade infantil e estabelece vínculo afetivo entre mãe e filho (JACINTO; CONCEIÇÃO, 2019) .

Por outro lado, após os seis meses de vida o aleitamento materno exclusivo não supre as necessidade energéticas adequadas dos bebês (GENIO et al., 2020). Assim sendo, a Organização Mundial da Saúde sugere a introdução da alimentação complementar, com o intuito de proporcionar o aporte calórico adequado dos bebês, mantendo o aleitamento materno até os dois anos de idade ou mais (OMS, 2017).

Segundo Alves (2017), alimentação complementar é compreendida como a inclusão gradativa dos alimentos aliado ao aleitamento materno, conforme a idade e as necessidades nutricionais dos lactentes. Além disso, a alimentação complementar aproxima a criança dos hábitos alimentares familiar, oportuniza a experiência de novos sabores, cores, aromas, texturas e estabelece preferências alimentares (BRASIL, 2006; BRASIL, 2009; NEVES, 2017).

A conduta tradicional da alimentação complementar oferta alimentos de diferentes grupos alimentares, inicialmente em [consistência](https://www.sinonimos.com.br/consistencia/) pastosa (sem peneirar ou liquidificar) utlizando a colher para se alimentar, e progredindo a textura e a frequência dos alimentos até atingir a mesma refeição da família (BRASIL, 2013; NEVES, 2017).

### Em contrapartida o *baby-led weaning* (BLW) é um método alternativo de introdução alimentar que promove a alimentação própria de bebês (D’AURIA et al., 2018). De acordo com Sociedade Brasileira de Pediatria, essa abordagem não inclui alimentação com a colher e nenhum método de adaptação de consistência para preparar a refeição do bebê (SBP, 2017). Entretanto, há controversas sobre a segurança desse método (ARANTES et al., 2018), por essa razão alguns nutricionistas tem receio em indica-lo, assim como, muitas mães têm apreensão em aderir o *baby-led weaning* (RAMOS et al., 2020).

Dessa forma, o presente estudo objetivou-se em identificar na literatura científica estudos relacionados aos aspectos positivos e negativos quanto ao uso do BLW como abordagem na introdução alimentar do bebê.

**2. METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica da literatura científica, de caráter qualitativo. A pesquisa foi realizada após uma busca nos bancos de dados do SciELO (Scientific Electronic Library Online), Google Acadêmico e PubMed – NCBI (National Center for Biotechnology Information). Utilizou-se os seguintes descritores: “alimentação complementar”, “*baby-led weaning*”, “BLW” e “introdução alimentar”. Foram analisados artigos publicados nos idiomas inglês e português.

Foram selecionados artigos completos, através da leitura prévia do título e do resumo, e após a seleção dos artigos foi realizada uma leitura completa para análise dos critérios de inclusão que compreenderam trabalhos originais na versão completa publicados entre 2015 e 2020 que abordassem o *baby-led weaning* na introdução alimentar. Foram excluidos da seleção trabalhos de revisão, resumos e aqueles que não abrangessem o tema.

**3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A alimentação tem papel fundamental em todas as etapas da vida, especialmente nos primeiros anos, onde a introdução alimentar é decisiva para um bom crescimento e desenvolvimento biopsicosocial, ou seja, para a formação de hábitos e manutenção da saúde (BRASIL, 2016).

No que se refere a ingestão e/ou deficiência de nutrientes em relação a escolha dos alimentos presentes nesse tipo de método de introdução alimentar foram revisados 4 estudos contendo uma média de 50 a 290 mães cujas idades das crianças variaram entre 6 e 24 meses de idade. O compilado de evidências cientificas reunidos na Tabela 1,se mostra relevante para auxiliar profissionais na área de nutrição materno inflantil na composição de planos alimentares específicos em função da individualidade neste ciclo da vida.

**Tabela 1-** Utilização do método *baby led weaning* por bebês na introdução alimentar.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **AUTORES (ANO)** | **AMOSTRA / OBJETIVOS** | **PRINCIPAIS RESULTADOS** |
| BROWN; LEE (2015) | 298 mães de bebês entre 18 e 24 meses de idade. Comparou o comportamento alimentar dos que utilizaram o (BLW) e conduta alimentar tradicional. | Resposta Alimentar (p<0,001); Resposta de Saciedade (p<0,05); Agitação-alimentar (p<0,05). Os bebês que aderiram o BLW foram menos exigentes em relação aos alimentos. |
| MORISON et al. (2016) | 51 mães de bebês entre 6 e 8 meses de idade. Avaliou a ingestão alimentar dos bebês adeptos ao BLW e os bebês que utilizaram conduta alimentar tradicional. | O grupo BLW consumiu em maior quantidade alimentos ricos em gordura saturada (22% vs 18% de energia, p<0,001), e menos ferro (1,6 vs 3,6 mgs, p<0,001), zinco (3,0 vs 3,7 mgs, p=0,001) e vitamina B12 (0,2 vs 0,5 μg, p<0,001) que o outro grupo. |
| TAYLOR et al. (2017) | 206 mães de bebês com 12 e 24 meses de idade. Analisou o (IMC) nos que seguiram o método BLW e os que aderiram a conduta alimentar tradicioal. | O método BLW não apresentou IMC mais apropriado comparado a conduta alimentar tradicional. As médias não foram significativamente diferentes aos 12 meses (grupo controle, 0,20 [0,89]; BLW, 0,44 [1.13]; ou aos 24 meses (grupo controle, 0,24 [1,01]; BLW, 0,39 [1,04]); |
| DANIELS et al. (2018) | 206 bebês entre 7 e 12 meses de idade. Investigou o consumo de ferro do grupo BLW modificado e grupo conduta alimentar tradicional. | O BLW não afeta negativamente a ingestão do ferro quando é orientado aos cuidadores sobre a ofertar de alimentos ricos desse nutriente. Ambos os grupos foram ferro suficiente (83% controle, 83% BLW, p>0,55). |

Fonte: Autores (2020).

Em referência a percepção materna sobre os seus filhos quando as mesmas aderiram o método BLW como nova experiência de introdução alimentar, a Tabela 2, apresenta uma breve descrição de como as mes lidam com o método na pespectiva de comportamento alimentar infantil e / ou perspectiva de crescimento / desenvolvimento de seus filhos, podendo assim servir também como ferramenta de assistência aos profissionais nutricionistas na hora de esclarecer sua conduta de seleção para esse método, evidenciando todos seus prós e contras.

**Tabela 2-** Concepção materna sobre o método *baby-led weaning*.

|  |  |
| --- | --- |
| **AUTORES (ANO)** | **PRINCIPAIS RESULTADOS** |
| BROWN; LEE (2015) | As mães que fizeram uso do BLW relataram menores preocupações com o peso, pressão para comer, restrição alimentar e tempo de vigilância nos momentos das refeições dos bebês. |
| ARDEN; ABBOTT (2015) | As mães que seguiram o BLW relataram confiança na capacidade dos bebês de escolherem o momento, o tipo e a quantidade de alimentos ingeridos. Por outro lado, algumas mães relataram receio quanto ao aporte nutricional para os bebês e preocupação com a bagunça nas refeições. |
| D’ANDREA et al. (2016) | As mulheres que aderiram ao método BLW demonstraram preocupação com o engasgo, porém isso foi diminuindo como passar do tempo. 80% acreditam que o método teria promovido: hábitos alimentares saudáveis, desenvolvimento das habilidades motoras finas e o melhoria oral das crianças. |
| BROWN (2016) | As cuidadoras adeptas ao BLW apresentaram menores escores para transtornos de ansiedade e obsessivo compulsivo. |

Fonte: Arantes (2018).

**4. CONCLUSÕES**

Os achados na literatura revelam que os bebês adeptos ao *baby-led weaning* consumiram um teor de gordura maior do que alimentos fontes de micronutrientes, sobretudo o ferro. No entanto, quando há orientação sobre a importancia da oferta desses micronutrintes aos cuidadores, a ingestão dos mesmo não são prejudicadas.

Por outro lado, o método BLW se mostrou favorável quanto a exigencia dos bebês aos alimentos. Também, não evidenciou direfença no IMC quando comparado aos bebês que fizeram uso do método tradicional.

Em relação as mãe que aderiram o BLW a maioria se desmostrou satisfeitas com o método, mesmo aquelas que se preocuparam com o engasgos. Entretanto, algumas mães relataram aflição com a qualidade nutricinal dos alimentos consumidos e a bagunça na hora das refeições.

Portanto é evidente a importância da assitência nutricional com as mãe adeptas ao método BLW na introdução alimentar dos seus filhos. Realizando triagem e acompanhamento nutricional durante todo o processo, além de fornecer uma adequada oferta de macronutrientes e micronutrientes visando suporte nutricional para o crescimento e desenvolvimento dos bebês.

**REFERÊNCIAS**

ALVES, M. C. L. **Aleitamento materno, desmame precoce e alimentação complementar: uma revisão da literatura.** 2017. 31f. Tese (Graduação em Nutrição) - Universidade Federal da Paraiba, João Pessoa, 2017.

ARANTES, A. L. A. et al. The baby-led weaning method (BLW) in the context of complementary feeding: a review. **Rev. paul. pediatr**. v. 36, n.3, 2018.

ARDEN, M. A., ABBOTT, R. L. Experiences of baby-led weaning: trust, control and renegotiation. **Matern Child Nutr**. v.11, p.829-44, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Cadernos de Atenção Básica**. Obesidade. Brasília: Ministério da Saúde; 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Dez passos para uma alimentação saudável. Guia alimentar para crianças menores de dois anos**. Brasília: Ministério da Saúde; 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde da criança: nutrição infantil aleitamento materno e alimentação complementar**. Brasília: Ministério da Saúde; 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar**. Cadernos de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde; 2016.

BROWN, A. Differences in eating behaviour, well-being and personality between mothers following baby-led vs. traditional weaning styles. **Matern Child Nutr**. v.12, p. 826-37, 2016.

BROWN, A., LEE, M. D. Early influences on child satiety-responsiveness: the role of weaning style. **Pediatr Obes**. v.10, p. 57-66, 2015.

D’ANDREA, E., JENKINS, K., MATHEWS, M., ROEBOTHAN, B. Baby-led weaning: a preliminary investigation. **Can J Diet Pract Res**. v. 77, p.72-7, 2016.

D’AURIA, E. et al. Baby-led weaning: what a systematic review of the literature adds on. **Ital J Pediatr**. v. 45, n. 1, p. 44:49, 2018.

DANIELS, L. et al. Impact of a modified version of babyled weaning on iron intake and status: a randomised controlled trial. **BMJ Open**.v. 8, n. 6, 2018.

GENIO, C. A. et al. A introdução da alimentação complementar no Brasil. **RMS-UniAnchieta.** v. 2, n. 1, p. 65-79, 2020.

JACINTO, A. A., CONCEIÇÃO, S. I. O. Promoção do aleitamento materno e da alimentação complementar adequada e saudável - a experiência dos projetos “crescer e ferronutri”. **Rev Dia Logos.**  v. 23, n. 1, p. 59-72, 2019.

MORISON BJ, TAYLOR RW, HASZARD JJ, SCHRAMM CJ, WILLIAMS ERICKSON L. FANGUPOLJ, et al. How different are baby-led weaning and conventionalcomplementary feeding? A cross-sectional study of infants aged 6- 8 months. **BMJ Open**. v. 6, 2016.

NEVES, A. M. **Estado nutricional nos primeiros anos de vida: a importância da alimentação complementar.** 2017. 80f. Tese (Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Alimentos) - Universidade Federal de Pelotas. Pelotas, 2017.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE**.** **Guideline: protecting, promoting and supporting breastfeeding in facilities providing maternity and newborn services**. Geneva: OMS; 2017.

RAMOS, K. L. G. C. et al. Impacto do método blw (baby led weaning) na alimentação complementar dos bebês – uma revisão integrativa. **Rev Mult Nord Min**. v. 1, 2020.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Guia Prático de Atualização. **A Alimentação Complementar e o Método BLW (Baby-Led Weaning)**. Departamento de Nutrologia. 2017.