**BLW COMO MÉTODO DE INTRODUÇÃO ALIMENTAR: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

**Introdução:** O leite materno é capaz de nutrir adequadamente as crianças nos primeiros 6 meses de vida, porém, a partir desse período é necessário a introdução de outros alimentos a fim de complementá-lo. A introdução alimentar com preparações em consistência pastosa ofertadas por colher configura uma prática tradicional bem difundida, porém, uma nova abordagem alternativa tem ganhado popularidade. O termo *Baby-Led Weneing- BLW (*Desmame guiado pelo bebê)*,* proposto por Gill Rapley, considera o bebê como agente ativo da sua própria alimentação, apto a iniciar o consumo de alimentos em pedaços, sendo desnecessária qualquer alteração na consistência, baseando-se no respeito às fases de desenvolvimento infantil, aos sinais de prontidão e às suas necessidades fisiológicas, confiando na sua capacidade de auto regulação. **Objetivo:** Avaliar os efeitos da abordagem BLW como método de introdução alimentar. **Materiais e Métodos:** Foram selecionadas 20 publicações disponíveis nas bases de dados Scielo, PUBMED e LILACS datados de 2008 a 2018. Os descritores utilizados foram: BLW, desmame e introdução alimentar. **Resultados:** Estudos mostraram que bebês adeptos ao método BLW tiveram a duração do aleitamento materno exclusivo substancialmente maior quando comparados à conduta tradicional, não havendo diferença no consumo energético. Porém, um dos estudos mostrou que crianças que seguiram o método BLW ingeriram maiores teores de gorduras (total e saturada) e menores quantidades de ferro, zinco e vitamina B12, indo de encontro com outros achados na literatura que não obtiveram diferenças significativas quanto a ingestão desses micronutrientes. Alguns estudos evidenciam que o método BLW ameniza o risco de desenvolvimento de obesidade e excesso de peso, isto se justifica pela prática de uma alimentação mais saudável, como o consumo de alimentos in natura, uma vez que esses bebês possuem menor exigência alimentar e maior aceitação à alimentação da família. Outros fatores como o maior estímulo ao desenvolvimento oral por meio da mastigação, maior capacidade de autorregularão da saciedade foram evidenciados como benefícios quando comparados ao método tradicional. Uma preocupação frequentemente relatada nos estudos foi o risco de engasgos e asfixia, porém foi mostrado como algo incomum no BLW que pode ser confundido com o reflexo de vômito, algo comum diante das adaptações a novos alimentos e que é diminuído ao longo do tempo, portanto não havendo diferença significativa entre os métodos. **Conclusão:** Faz-se necessário a realização de mais estudos para avaliar os efeitos do desmame guiado pelo bebê comparado ao método tradicional, a fim de investigar seus benefícios e também possíveis riscos, tanto no ponto de vista nutricional como os impactos no seu desenvolvimento e relação futura com a alimentação. É importante ainda que os profissionais que se proponham a orientar os pais quanto a esse método de introdução alimentar sejam capacitados, garantindo assim uma maior segurança aos pais ao aplicá-lo.

**Palavras chaves:** BLW, desmame, introdução alimentar