

Revisão de Temas - Materno Infantil

PD - (UM18-3769) - BABY LEAD WEANING: UM MÉTODO ALTERNATIVO NA DIVERSIFICAÇÃO ALIMENTAR

Diana Rato¹; Mariana Ribeiro¹; Marina Cardoso¹

1 - UCSP Figueira da Foz Urbana

Introdução e Objetivos: O Baby Lead Weaning (BLW) é cada vez mais utilizado como um método de diversificação alimentar nos primeiros meses de vida. Ao contrário do método tradicional em que a alimentação é oferecida pelo adulto em forma de puré/sopa, no BLW a criança é encorajada a selecionar, por si própria, pequenas peças de alimentos da ementa da família.

Este método tem ganho muita popularidade nos países nórdicos, tendo sido descritos potenciais benefícios tanto maternos como no desenvolvimento da criança. Porém, as principais sociedades científicas são omissas relativamente ao BLW, o que leva ao receio dos profissionais de saúde em abordar e dar resposta às dúvidas e receios dos pais que pretendem optar por este método.

Com este trabalho, as autoras pretendem fazer uma revisão da literatura científica existente sobre o Baby Led Weaning.

Metodologia: Foi realizada uma pesquisa nas principais bases de dados Medline/PubMed utilizando os termos Mesh "Baby Led weaning" e "Complementary Food". Foram selecionados artigos escritos em inglês e publicados entre 2012 e 2017 que abordavam os principais aspetos envolvidos sobre o tema em questão.

Resultados: O conceito de BLW baseia-se na oferta de alimentos sólidos ("finger foods") à criança a partir dos 6 meses de vida, como método de diversificação alimentar. No entanto, esta técnica não é totalmente restritiva, optando-se ocasionalmente por complementar a abordagem com uma alimentação "mais tradicional". Recentemente surgiu o BLISS ("Baby Led Introduction to Solids"), uma versão do BLW que define os alimentos mais seguros e mais aconselháveis a nível nutricional além do padrão das refeições a adotar, visando dar resposta às principais preocupações quer dos pais quer dos profissionais de saúde sobre eventuais carências de ferro, aporte calórico e possibilidade de engasgamento. Face a estas preocupações foram desenvolvidos alguns estudos que demonstraram que o BLW não é inferior em garantir as necessidades nutricionais exigidas pela OMS nem terá maior risco de engasgamento associado. Em relação às vantagens deste método, foi demonstrado existir maior ganho de autonomia pela criança, menor pressão na vigilância da alimentação associado a níveis inferiores de ansiedade materna, maior partilha do momento da refeição pela família e aquisição de hábitos alimentares mais saudáveis.

Embora os profissionais de saúde sejam uma fonte de informação importante para os pais na diversificação alimentar, a literatura sugere que estes profissionais estão menos informados acerca do BLW quando comparados com os pais, motivados por maior receio face ao método.

Discussão: O BLW tem demonstrado ser uma opção viável na diversificação alimentar, trazendo vários benefícios na nutrição e desenvolvimento da criança. Porém é necessário delinear com maior pormenor as suas formais recomendações. Para isso, as autoras consideram que estudos mais sólidos serão essenciais para dar credibilidade ao potencial e segurança desta abordagem a longo prazo.