

Método Baby-Led Weaning: lo que la evidencia científica revela

Allyson Perillo, Antonella Mondada, Leticia Di Maggio, Natalia Suárez, Romina González, Valeria De León

Tutora: Prof. Agda. Alejandra Girona1* Cotutor: Asist. Youssef Abrache2

1 Departamento de Nutrición Básica; Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay

2 Departamento de Nutrición Básica; Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay.

*E-mail: mgirona@nutricion.edu.uy

INTRODUCCIÓN

En los últimos años se ha expandido un enfoque novedoso, el Baby Led Weaning (BLW), donde el bebé se alimenta sin ayuda y autorregula su ingesta. A pesar de todos los beneficios que se le atribuyen a este método, los padres y/o cuidadores y profesionales de la salud aún manifiestan diversas preocupaciones, principalmente por la falta de evidencia consistente que demuestre las ventajas y desventajas de implementar este enfoque.

Debido a la amplitud de controversias que rodean al método, se realizó esta revisión narrativa con el objetivo de analizar la evidencia existente e identificar posibles ventajas y desventajas del BLW.

OBJETIVOS

GENERAL

Analizar la evidencia científica actual sobre el método de alimentación BLW.

ESPECÍFICOS

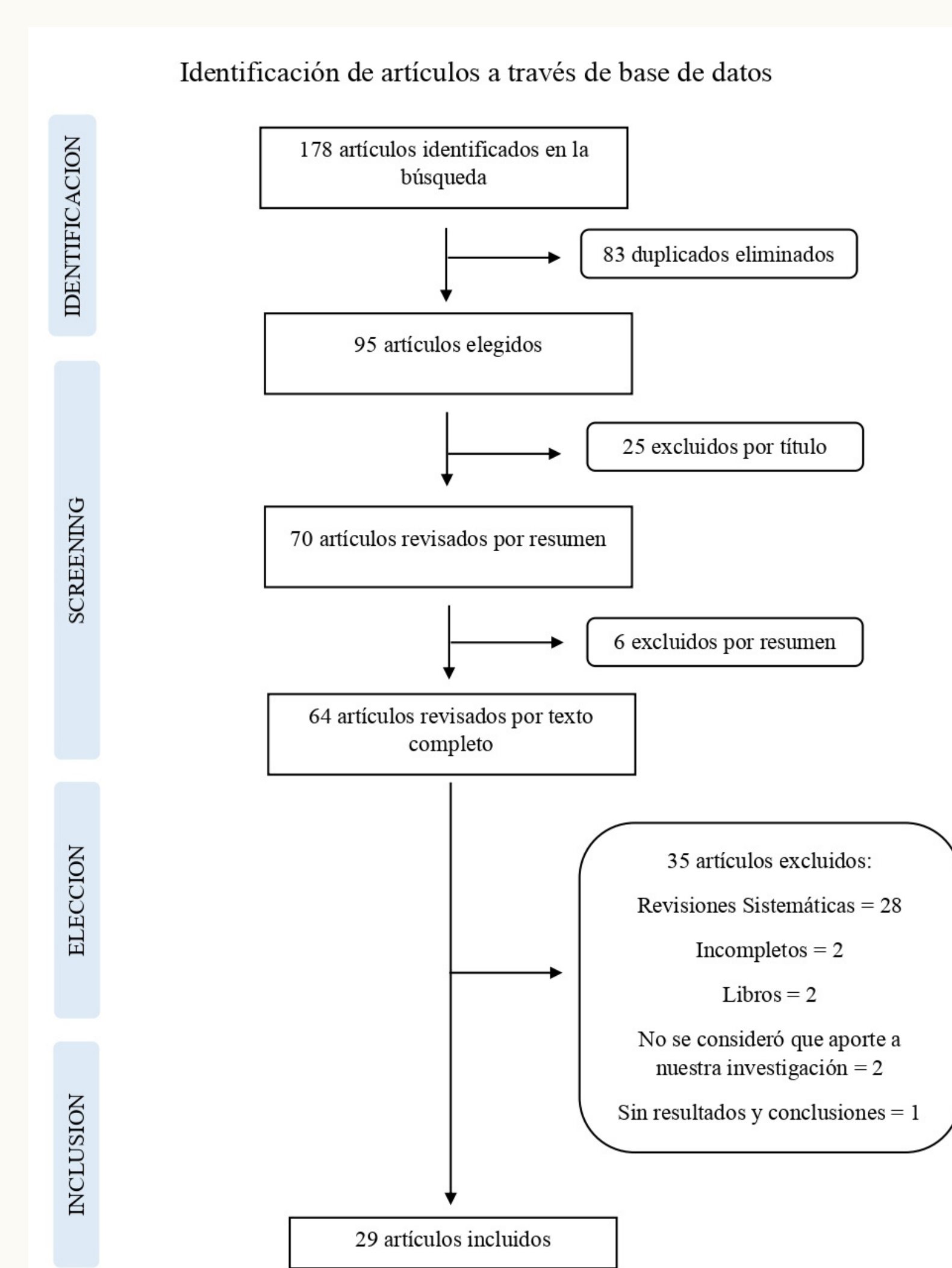
- Identificar las recomendaciones existentes sobre el método BLW.
- Identificar los beneficios del método BLW para los niños o niñas de 6 a 24 meses.
- Distinguir las desventajas del método BLW para los niños o niñas de 6 a 24 meses.

METODOLOGÍA

El relevamiento se realizó en el año 2021 y la búsqueda bibliográfica se efectuó en diferentes bases de datos relacionadas a las ciencias de la salud: PubMed, LILACS, Scielo y Timbó.

Los criterios de inclusión definidos para orientar la búsqueda y selección de artículos fueron: abordar el tema de BLW de 6-24 meses de edad, en idioma portugués, inglés y español, con acceso a estudios originales y disponibles en versión completa y publicados en los diez años anteriores a la fecha en la que se realizó la búsqueda.

Las palabras clave que se utilizaron, con su correspondiente denominación en español y portugués fueron las siguientes: "led", "infant", "food" y "weaning". La sintaxis de búsqueda quedó definida como: infant AND led AND weaning AND food.



RESULTADOS

- Las temáticas más citadas en los 29 artículos y que están vinculadas al BLW fueron: aspectos nutricionales, desarrollo infantil y familia, conductas alimentarias y asesoramiento del personal de salud.
- En cuanto a los métodos de alimentación complementaria (AC) se identificaron 22 artículos (76%) que investigaron el BLW y 7 artículos (24%) que enfocaron su investigación en la versión modificada de este método, el Baby- Led Introduction to Solids (BLISS), indagando acerca de sus ventajas y desventajas.
- En el 100% de los artículos no existe una recomendación consensuada respecto a la AC BLW.
- El 82,7% mencionan ventajas con respecto al BLW y su versión modificada versus la alimentación tradicional; destacándose la lactancia materna e inicio de alimentación complementaria y la variedad de alimentos y preferencias alimentarias como los temas más recurrentes.
- El 48,3% indican posibles desventajas con respecto al BLW y el BLISS. Entre las que se destacan: la ingesta de micro y macronutrientes, riesgo de asfixia, entre otros.

CONCLUSIONES

Si bien existe evidencia científica que sugiere posibles ventajas y desventajas del BLW y su versión modificada BLISS, tanto para el lactante como para la familia, ésta aún no es concluyente y es notoria la necesidad de realizar más investigaciones longitudinales que permitan ver el impacto sobre el crecimiento y desarrollo de los niños y niñas en las etapas posteriores.

Son necesarias además estas investigaciones para ahondar en temáticas específicas como: las deficiencias calóricas y de micronutrientes, y su efecto en el peso y el Índice de Masa Corporal

Es necesario generar nuevas guías de alimentación u orientaciones para los profesionales de la salud, que incluyan la temática del BLW.