

EVIDÊNCIAS, BENEFÍCIOS E CUIDADOS NA PRÁTICA PEDIÁTRICA NA INTRODUÇÃO ALIMENTAR GUIADA PELO MÉTODO BLW: UMA REVISÃO NARRATIVA.

AUTORES: Tatiane Silva Bolino; Maria Clara de Jesus Silva; Maria Paula Alves Vilas Boas Cardoso;
Dra. Lília Jane Marques de Sousa

NOME DAS INSTITUIÇÕES: Faculdade Atenas Passos

INTRODUÇÃO:

A introdução alimentar é uma etapa necessária para o desenvolvimento infantil, recomendada a partir dos seis meses de vida, devendo garantir segurança, aporte nutricional adequado e promoção de hábitos saudáveis. O método *Baby-Led Weaning* (BLW), que incentiva a autonomia alimentar dos lactentes utilizando alimentos em pedaços, vem sendo discutido em guidelines nacionais e internacionais, que destacam potenciais benefícios e riscos.

OBJETIVO:

Analizar evidências atuais sobre a aplicação do BLW na alimentação complementar, considerando segurança, ingestão de nutrientes pelo lactente e aplicabilidade clínica no contexto pediátrico.

METODOLOGIA:

Foi realizada revisão narrativa de literatura, nas bases PubMed, SciELO e Lilacs, utilizando os descritores “*baby-led weaning*”, “alimentação complementar” e “introdução alimentar”. Incluíram-se estudos originais, consensos da SBP e recomendações da AAP, publicados entre 2010 e 2025. A seleção priorizou artigos com população entre 6 e 24 meses e achados científicos relacionados à segurança alimentar, desenvolvimento nutricional e aceitação alimentar.

RESULTADOS E DISCUSSÃO:

A análise mostrou que o BLW favorece maior autonomia à criança e amplia a aceitação de diferentes alimentos, quando comparado à oferta tradicional de papas.

Entretanto, estudos mostram ingestão potencialmente menor de ferro e energia quando não há supervisão adequada, reforçando a necessidade de orientação profissional. Em relação ao risco de engasgo, revisões não evidenciam aumento significativo quando os cuidadores recebem instruções claras sobre formatos e consistência dos alimentos oferecidos.

CONCLUSÃO:

O BLW é uma abordagem segura e válida para a introdução alimentar, desde que acompanhado por orientação adequada de pediatras e nutricionistas, com atenção especial ao aporte de ferro e à prevenção de engasgos. A SBP e AAP recomendam que a introdução alimentar seja individualizada, respeitando o desenvolvimento neuropsicomotor da criança, a cultura familiar e a segurança alimentar. Logo, são necessários mais estudos científicos para consolidar evidências e corroborar com as diretrizes clínicas.

REFERÊNCIAS:

1. Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento Científico de Nutrologia. Manual de Orientação para a Alimentação do Lactente, do Pré-Escolar, do Escolar, do Adolescente e na Escola. SBP, 2018.
2. American Academy of Pediatrics. *Pediatric Nutrition, 8th Edition*. Elk Grove Village, IL: AAP; 2017.
3. Rapley G, Murkett T. *Baby-led Weaning: Helping Your Baby to Love Good Food*. 2nd ed. London: Piatkus; 2016.