

Universidad del Sureste

Escuela de Medicina

Materia: Inmunoalergias

Tema: Baby Led Weaning

Presenta: Pedro Méndez Vázquez

Dr. Pérez Aguilar Antonio de Jesús

Lugar y fecha

Universidad del Sureste, 11 de octubre de 2020

BABY-LED WEANING

El Baby-Led Weaning es una forma de ofrecer la Alimentación Complementaria en la que al bebé se le permite "dirigir" el proceso desde el principio. Los padres deciden que ofrecen (y es su responsabilidad ofrecer comida sana, segura y variada), pero el bebé toma por sí mismo la comida que se pone a su alcance; decidiendo qué elige comer y cuánta cantidad.

¿Cómo se pone en práctica?

- El bebé se sienta a la mesa con la familia en las comidas.
- Se le ofrece la misma comida (sana) que al resto, en trozos de alimentos de consistencia blanda y apropiados a su desarrollo psicomotor (grandes al principio, posteriormente pequeños).
- El bebé se alimenta por sí solo desde el principio; al comienzo con las manos y posteriormente con cubiertos.
- A partir del momento en que se inicia el BLW el aporte de leche (materna o artificial) continúa siendo a demanda, sin relación con los momentos familiares de la comida.

El BLW se ha estudiado en niños nacidos a término, sanos y con un desarrollo psicomotor normal, tanto alimentados al pecho como con lactancia artificial. Con la información y precaución adecuadas, la mayoría de las familias pueden practicar BLW de forma segura y eficaz.

Referencia bibliográfica

Marta G. Fernández. (2018). Alimentación Complementaria. Asociación Española de Pediatría. pág. 15-16.