

UNIVERSIDADE VILA VELHA
Fonoaudiologia

Jéssica Gomes Magnago
Jéssyka Magalhães Klippel dos Anjos
Larissa Silva Fialho

GUIA DE ORIENTAÇÃO SOBRE A TRANSIÇÃO ALIMENTAR EM BEBÊS

Vila Velha
2024

GUIA DE ORIENTAÇÃO SOBRE A TRANSIÇÃO ALIMENTAR EM BEBÊS

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Universidade Vila Velha como pré-requisito do curso de Graduação em Fonoaudiologia, para obtenção do título de Bacharel em Fonoaudiologia.

Orientador: MsC. Tiago Costa Pereira.

SUMÁRIO

RESUMO	4
ABSTRACT	5
INTRODUÇÃO	6
REFERENCIAL TEÓRICO	7
Funções Estomatognáticas	7
Aspectos Nutricionais	8
Métodos de Transição Alimentar	9
MÉTODO	11
Protocolo de pesquisa e critérios de elegibilidade	11
Busca nas bases de dados	11
RESULTADOS E DISCUSSÃO	12
Características dos artigos entre as bases de dados	12
Seleção nas bases de dados e dos artigos	12
Resultados	13
Discussão	13
CONCLUSÃO	15
REFERÊNCIAS	16

RESUMO

Objetivo: Este trabalho teve como objetivo desenvolver um guia de orientação sobre a transição alimentar em bebês, destinado a mães, pais e responsáveis de bebês, com o intuito de auxiliar na introdução de alimentos sólidos de forma segura e saudável. O guia foi elaborado a partir da revisão de escopo de literatura através da plataforma online de design Canva Pro. **Método:** A elaboração do guia orientacional foi baseada em uma revisão de escopo da literatura, buscando identificar as principais evidências sobre a transição alimentar. A etapa inicial incluiu uma seleção de artigos relevantes, seguida da elaboração de um quadro com as principais evidências extraídas dos estudos analisados. Os critérios de inclusão consideraram artigos publicados entre 2012 e 2024, obtidos no portal BVS e Google Acadêmico, que abordassem práticas de transição alimentar, como o método BLW, e suas implicações no desenvolvimento infantil. Foram incluídos estudos observacionais, revisões de literatura, guias práticos, relatórios de congresso e materiais de relevância científica. Excluíram-se publicações fora desse período, irrelevantes ao tema ou sem acesso ao texto completo. A triagem foi realizada por quatro revisores de forma independente, com resolução de divergências em consenso, garantindo a seleção de estudos atuais e pertinentes. **Resultados:** Na etapa inicial, foram identificados 7 artigos relevantes, dos quais 5 foram selecionados na etapa final para compor a base do guia. As informações extraídas dos estudos abordaram aspectos como os benefícios da amamentação para o desenvolvimento do sistema estomatognático, os métodos de introdução alimentar (tradicional, BLW e abordagem participativa), a importância da alimentação responsiva, e as recomendações de nutrientes essenciais, como ferro, zinco e gorduras saudáveis. O guia foi elaborado com base nessas evidências, redigido em uma linguagem acessível e prática para os cuidadores, e é composto por 28 páginas, contendo tópicos como "Introdução", "Perfil Sensório-Motor", "Sistema Estomatognático", "Aspectos Nutricionais", "Métodos de Transição Alimentar", "Modos de Oferta de Alimentos" e "Sugestão de Receita". **Conclusão:** As evidências identificadas na literatura foram fundamentais para a elaboração deste material, que oferece suporte informativo, sobre o bebê estar preparado para receber o alimento, os métodos de transição alimentar, a forma de ofertar a comida e algumas receitas, para mães, pais e responsáveis durante o processo de introdução alimentar. O guia tem o potencial de promover uma transição alimentar segura, respeitando o desenvolvimento do bebê e incentivando a formação de hábitos alimentares saudáveis.

Palavra-chave: Transição alimentar, Introdução alimentar, Desenvolvimento infantil, Perfil sensório motor, Sistema estomatognático.

ABSTRACT

Objective: This study aimed to develop a guidance booklet on the dietary transition in infants, targeted at mothers, fathers, and caregivers, to assist in introducing solid foods safely and healthily. The guide was created based on a scoping literature review and designed using the online Canva Pro platform. **Method:** The development of the guidance booklet was grounded in a scoping literature review to identify key evidence on dietary transition. The initial phase involved selecting relevant articles, followed by compiling a framework with the main findings from the analyzed studies. Inclusion criteria considered articles published between 2012 and 2024, accessed through the BVS portal and Google Scholar, which addressed dietary transition practices, such as the Baby-Led Weaning (BLW) method, and their implications for child development. The review included observational studies, literature reviews, practical guides, conference reports, and other scientifically relevant materials. Publications outside this timeframe, irrelevant to the topic, or lacking full-text access were excluded. Screening was conducted independently by four reviewers, with disagreements resolved through consensus, ensuring the selection of current and relevant studies. **Results:** In the initial phase, seven relevant articles were identified, and five were selected in the final stage to form the basis of the guide. The extracted information covered topics such as the benefits of breastfeeding for the development of the stomatognathic system, methods of dietary transition (traditional, BLW, and participatory approaches), the importance of responsive feeding, and essential nutrient recommendations, including iron, zinc, and healthy fats. The guide was developed based on this evidence, written in an accessible and practical language for caregivers, and consists of 28 pages. It includes sections such as “Introduction,” “Sensory-Motor Profile,” “Stomatognathic System,” “Nutritional Aspects,” “Dietary Transition Methods,” “Food Offering Approaches,” and “Recipe Suggestions.” **Conclusion:** The evidence identified in the literature was fundamental for creating this material, which provides informative support for caregivers on recognizing the baby’s readiness for solid foods, methods of dietary transition, appropriate food offering practices, and practical recipes. This guide has the potential to promote a safe dietary transition while respecting the baby’s developmental stages and encouraging healthy eating habits.

Keywords: Dietary transition, Infant feeding, Child development, Sensory-motor profile, Stomatognathic system.

INTRODUÇÃO

A transição alimentar é um momento aguardado com ansiedade pela família, mas requer atenção a vários aspectos antes da introdução dos alimentos. A Organização Mundial de Saúde (OMS) recomenda o aleitamento materno exclusivo até os 6 meses de vida do lactente, esclarecendo que essa prática supre todas as necessidades nutricionais do bebê. De acordo com a Sociedade Brasileira de Pediatria (2023). A partir do sexto mês, a amamentação deve continuar em conjunto com a alimentação complementar até o 23º mês. Para Cassimiro et al. (2019), ao iniciar a transição alimentar, é necessário observar os sinais de prontidão e considerar o desenvolvimento sensório-motor oral e as funções estomatognáticas da criança, a fim de determinar se ela está preparada para receber novos alimentos.

O sistema estomatognático (SEG) é formado por dentes, ossos e tecidos que, juntos, desempenham funções essenciais nos sistemas digestório e respiratório (Caus; Bervian; Fontana, 2003). Esse desenvolvimento adequado do SEG é fundamental para a introdução alimentar, pois contribui para uma alimentação segura e eficaz. Para Gomez et al., (2020) o início da alimentação complementar, aliado à continuidade da amamentação, é uma fase crucial para o desenvolvimento craniofacial e o estabelecimento dos hábitos alimentares da criança, promovendo benefícios a longo prazo em sua saúde e desenvolvimento. Gonzales e Bagarollo (2023) sugerem que isso se deve à importância das funções orais na modelagem das estruturas orofaciais e na adequação funcional do sistema estomatognático.

O desenvolvimento sensório-motor abrange a maturação das competências físicas, sensoriais e motoras que capacitam o bebê a interagir com os alimentos de maneira segura e eficaz. O controle cefálico e do tronco são habilidades fundamentais para garantir uma postura adequada, permitindo que a criança mantenha a cabeça ereta e sente-se com suporte ou de forma independente, prevenindo episódios de engasgo (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2023). Um reflexo óculo-manual coordenado é igualmente importante, pois possibilita que o bebê apanhe alimentos e objetos com as mãos e os leve à boca intencionalmente, englobando o desenvolvimento da motricidade fina e do progresso motor global (Guia Prático de Atualização, 2017).

Diante desse cenário, este trabalho objetivou produzir um guia de orientação sobre a transição alimentar dos bebês para pais e familiares a fim de disponibilizar um recurso prático e acessível, reunindo informações valiosas para orientar pais e responsáveis na escolha do método mais adequado para a introdução alimentar.

REFERENCIAL TEÓRICO

Funções estomatognáticas

O desenvolvimento do Sistema Estomatognático (SEG) inicia na vida intra uterina, e da continuidade após o nascimento, com a sucção durante a amamentação, onde lábios, língua e mandíbula executam movimentos que favorecem o crescimento adequado da mandíbula. A amamentação é crucial para o sistema estomatognático e deve ser exclusiva até os seis meses, conforme recomendam o Ministério da Saúde e a Organização Mundial de Saúde (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2023). A interrupção precoce pode afetar esse desenvolvimento, resultando em desvios nas estruturas do SEG e alterações na motricidade perioral, favorecendo hábitos deletérios como respiração oral e mordida aberta, comprometendo outras estruturas orofaciais (Cassimiro et al., 2019; Mergener et al., 2018).

Além dos benefícios estruturais no desenvolvimento do Sistema Endócrino-Gastrointestinal, a amamentação fortalece significativamente o vínculo entre mãe e bebê, proporcionando diversas vantagens físicas e psicológicas. Para o lactente, a amamentação contribui para o desenvolvimento do sistema imunológico, fortalecimento dos reflexos de sucção, deglutição e respiração, além de facilitar a digestão dos alimentos e proporcionar conforto emocional (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2023). Para a mãe, a prática da amamentação reduz o risco de hemorragia pós-parto e diminui a probabilidade de desenvolvimento de câncer de mama a médio e longo prazo (Gonzales & Bagarollo, 2023).

A fase de sucção durante a amamentação promove o desenvolvimento mandibular e o alinhamento das estruturas ósseas e dentárias devido aos movimentos exigidos da mandíbula (Mergener et al., 2018). A interrupção precoce da amamentação ou a substituição por mamadeiras podem alterar o posicionamento lingual e a dinâmica de sucção, prejudicando o desenvolvimento do sistema estomatognático e aumentando a probabilidade de má-oclusão, respiração oral e hipotonicidade labial (Cassimiro et al., 2019; Guia Prático de Atualização, 2017).

Durante o processo de introdução alimentar, iniciado por volta de seis meses ou após a observação dos sinais de prontidão, o sistema estomatognático continua a desempenhar um papel crucial. A oferta de alimentos sólidos e semissólidos promove a mastigação e a deglutição, estimulando o desenvolvimento muscular e a reorganização das estruturas orais (Gomez et al., 2020). A mastigação de alimentos de diversas consistências contribui para o fortalecimento dos músculos orofaciais e para uma oclusão dentária adequada (Mergener et al., 2018). O uso prolongado de mamadeiras e chupetas, pode levar a hábitos deletérios, como a aplicação de dedos, que afeta o desenvolvimento do palato e a posição dos dentes, resultando em mordidas abertas e outras formas de má-oclusão (Cassimiro et al., 2019).

Estudos realizados por Gomez et al., (2020); Cassimiro et al., (2019) sugerem que a introdução alimentar adequada tem um efeito positivo no desenvolvimento do sistema estomatognático e na saúde oral das crianças. Crianças que foram amamentadas por períodos mais longos apresentam menos problemas de oclusão dentária e uma menor incidência de respiração oral em comparação com desmamadas precocemente ou com introdução alimentar insuficiente. A introdução gradual de alimentos complementares deve respeitar o desenvolvimento motor e orofacial do bebê, incentivando a mastigação e a deglutição para não comprometer o desenvolvimento natural do sistema estomatognático (Guia Prático de Atualização, 2017; Mergener et al., 2018).

O desmame precoce, antes dos seis meses, pode trazer consequências negativas para o desenvolvimento motor oral da criança, afetando o posicionamento da língua, a fala e a deglutição. Essas alterações impactam o crescimento vertical e sagital da face, podendo levar a um rosto mais alongado e uma mandíbula subdesenvolvida, além de favorecer a

hipotonicidade dos lábios e problemas adversos (Gonzales & Bagarollo, 2023). Portanto, seguir as recomendações da Organização Mundial da Saúde de manter o aleitamento materno exclusivo até os seis meses e complementá-lo até os dois anos é fundamental para garantir o desenvolvimento saudável do sistema estomatognático e prevenir problemas futuros relacionados à saúde oral e facial da criança (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2023; Aplicativo BLW Brasil, 2022).

Aspectos nutricionais

A alimentação complementar é o processo de introdução de alimentos além do leite materno, fundamental para garantir a oferta adequada de nutrientes necessários ao crescimento e desenvolvimento da criança e para o estabelecimento de hábitos alimentares saudáveis (Gomez et al., 2020). As recomendações mais recentes no Brasil, publicadas no *Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos* pelo Ministério da Saúde em 2019, seguem as diretrizes da Organização Mundial da Saúde (OMS) e enfatizam a promoção de uma alimentação saudável e variada, considerando as características socioeconômicas e culturais das famílias (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2023).

Os aspectos nutricionais durante a fase de transição são essenciais, pois, a partir dos seis meses, o leite materno, que até então supria todas as necessidades nutricionais da criança, passa a não ser suficiente por si só. As demandas energéticas e nutricionais adicionais, destacando a importância de micronutrientes como ferro e zinco. O ferro é particularmente crítico, pois as reservas corporais começam a diminuir por volta dos seis meses (Mergener et al., 2018). Para atender a essa necessidade, alimentos como carnes vermelhas, frango e leguminosas devem ser introduzidos regularmente, associados a alimentos ricos em vitamina C, que auxiliam na absorção do ferro não-heme de fontes vegetais, como feijão, grão de bico, ervilha (Gonzales & Bagarollo, 2023).

O zinco, outro micronutriente essencial para o crescimento e a função imunológica, deve ser incluído por meio de alimentos de origem animal e leguminosas (Cassimiro et al., 2019). A presença de gorduras saudáveis, como a do leite materno, deve continuar sendo complementada com outras fontes, incluindo abacate, peixes gordurosos e óleos vegetais. Essas gorduras são exclusivas para o desenvolvimento cerebral e a maturação do sistema nervoso da criança (Guia Prático de Atualização, 2017). A introdução de carboidratos, como batatas, mandioca e cereais integrais, também é importante para fornecer energia e fibras que promovem uma digestão saudável (Gomez et al., 2020). As proteínas, que são essenciais para a construção de tecidos e desenvolvimento muscular, devem ser oferecidas por meio de carnes, ovos, peixes e leguminosas, garantindo uma alimentação balanceada (Mergener et al., 2018). Em termos de hidratação, o guia orienta que a criança receba água potável. O consumo de alimentos ultra processados, ricos em açúcar, sal, gordura trans e adoçantes, não deve ser consumido, pois não traz benefícios nutricionais e pode prejudicar o desenvolvimento saudável da criança (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2023). O Ministério da Saúde recomenda não oferecer açúcar ou produtos com açúcar até os dois anos de idade, a fim de prevenir hábitos alimentares inadequados e reduzir o risco de doenças crônicas (Gonzales & Bagarollo, 2023).

No contexto da alimentação complementar, é prioritário oferecer alimentos in natura ou minimamente processados e evitar os ultras processados, que podem ter impactos negativos na saúde da criança. A alimentação deve ser baseada nos alimentos que a família consome, proporcionando um ambiente de aprendizagem e afeto durante as refeições, o que favorece a formação de hábitos alimentares saudáveis e equilibrado (Cassimiro et al., 2019; Mergener et al., 2018).

O guia também regula que, em situações de vulnerabilidade nutricional, pode ser necessário a utilização de suplementos nutricionais ou a fortificação de alimentos com múltiplos micronutrientes, visa combater deficiências e prevenir a desnutrição em população

com menor acesso a alimentos de qualidade (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2023). Essas estratégias são importantes para garantir que a criança tenha um desenvolvimento saudável, especialmente em contextos em que a insegurança alimentar é um risco.

Portanto, uma fase de transição alimentar exige uma atenção cuidadosa aos aspectos nutricionais para garantir que a criança receba os nutrientes essenciais para seu crescimento e desenvolvimento. A amamentação, durante essa fase, continua a ter um papel fundamental, funcionando como um complemento à introdução de alimentos sólidos, promovendo uma dieta equilibrada e saudável (Gomez et al., 2020; Guia Prático de Atualização, 2017).

Métodos de transição alimentar

Um método de introdução alimentar é um conjunto de práticas e orientações seguidas para introduzir alimentos sólidos na dieta do bebê a partir dos 6 meses de idade. Nessa fase, o bebê já está fisiologicamente preparado para consumir algo além do leite materno ou fórmula, com desenvolvimento adequado das habilidades de mastigação, deglutição e coordenação motora (Gomez et al., 2020). O objetivo principal da introdução alimentar é garantir que essa transição seja gradual e segura, respeitando as necessidades nutricionais e o desenvolvimento físico do bebê, enquanto ajuda a desenvolver uma relação saudável com a comida e previne possíveis alergias alimentares por meio da introdução controlada de novos alimentos (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2023).

Historicamente, a abordagem mais comum de introdução alimentar era o método tradicional, caracterizado por uma alimentação passiva onde os cuidadores controlavam todo o processo. Nessa prática, os alimentos eram oferecidos amassados ou em purê e os bebês eram alimentados com colher, sem interação direta com os alimentos sólidos em sua forma natural. Esse método ajudava a garantir a ingestão de uma quantidade suficiente de alimentos e permitia aos cuidadores monitorar possíveis reações adversas a novos alimentos (Mergener et al., 2018).

O método tradicional continua sendo amplamente utilizado devido à estrutura que fornece, garantindo que o bebê se adapte gradualmente aos alimentos sólidos e receba nutrientes suficientes. No entanto, uma crítica a essa abordagem é que, por ser mais passiva, pode limitar a autonomia do bebê e sua capacidade de explorar novas texturas e sabores por conta própria (Cassimiro et al., 2019). Estudos sugerem que essa prática pode retardar o desenvolvimento das habilidades motoras orais, uma vez que a mastigação e a deglutição ativa são menos incentivadas (Gonzales & Bagarollo, 2023).

Nos últimos anos, novas abordagens ganharam destaque, como o Método BLW (Baby-Led Weaning), que promove a autonomia do bebê durante as refeições. Nesse método, a criança é encorajada a pegar os alimentos com as próprias mãos e decidir o que comer. Os alimentos são oferecidos em pedaços que podem ser facilmente seguros e mastigados, o que ajuda no desenvolvimento motor e na progressão mão-boca (Gomez et al., 2020; Aplicativo BLW Brasil, 2022). Essa abordagem, além de permitir que o bebê explore diferentes texturas e sabores, incentivar a mastigação precoce e pode melhorar a acessibilidade de novos alimentos a longo prazo (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2023).

Por outro lado, o Método BLW requer supervisão atenta dos cuidadores para evitar o risco de engasgos e garantir que o bebê consuma nutrientes suficientes, especialmente em relação ao ferro e ao zinco (Guia Prático de Atualização, 2017). Uma pesquisa de Gomez et al. (2020) aponta que a introdução de alimentos com consistências variadas ajuda a fortalecer os músculos orofaciais e contribui para o desenvolvimento adequado do sistema estomatognático.

A Abordagem Participativa combina elementos do método tradicional e do BLW, permitindo uma transição mais flexível. Nessa abordagem, o bebê é alimentado com uma colher em alguns momentos e, em outros, é incentivado a pegar os alimentos com as próprias mãos. Isso proporciona um equilíbrio entre a autonomia do bebê e o suporte necessário dos

cuidadores, respeitando o ritmo de desenvolvimento da criança (Mergener et al., 2018). Estudos indicam que essa abordagem pode ser benéfica para introduzir alimentos sólidos de forma gradual e segura, além de cooperar a curiosidade e a interação com a comida (Cassimiro et al., 2019).

A escolha do método de introdução alimentar deve considerar as preferências da família, o desenvolvimento da criança e o estilo de vida dos cuidadores (Gomez et al., 2020; Sociedade Brasileira de Pediatria, 2023). O mais importante é garantir que o processo seja seguro, que respeite os sinais de fome e saciedade da criança, e que promova uma alimentação saudável e equilibrada que contribua para o desenvolvimento físico e psicológico do bebê.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão de escopo de literatura com o propósito de elaborar um guia de orientação alimentar.

Protocolo de pesquisa e critérios de elegibilidade

Esta revisão de escopo teve como objetivo investigar as formas de realização da transição alimentar. Para isso, foi elaborada uma pergunta de pesquisa baseada na estratégia PCC, em que P (População) se refere a estudos envolvendo seres humanos, C (Conceito) abrange métodos e abordagens relacionados à transição alimentar, e C (Contexto) refere-se ao processo de introdução alimentar. A pergunta norteadora foi: “Quais são os métodos e abordagens utilizados para a realização da transição alimentar?”

Foram incluídos nesta revisão artigos científicos e trabalhos oriundos da literatura cinzenta que investigaram a transição alimentar. O período de inclusão dos artigos foi de 2012 a 2024, com a finalidade de abranger as evidências mais atuais sobre o tema. O período de busca nas bases de dados foi de fevereiro a setembro de 2024. Esta revisão está apresentada de acordo com as diretrizes dos Principais Itens para Relatar Revisões Sistemáticas e Meta-análises detalhadas para Revisões de Escopo (PRISMA-ScR).

Busca nas bases de dados

A busca dos artigos foi realizada nos portais National Library of Medicine (PubMed), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Google Acadêmico. As buscas foram realizadas por quatro revisores de forma independente, obedecendo aos mesmos critérios de avaliação dos artigos e aos critérios de inclusão e exclusão. Reuniões de consenso foram realizadas entre os revisores para resolver quaisquer divergências. Para a seleção dos artigos, foram identificados termos controlados (descritores MeSH) e termos livres (palavras-chave).

Os descritores em português, francês, espanhol e inglês utilizados foram: (Fonoaudiologia) AND (Métodos de alimentação OR aleitamento materno OR transição alimentar OR alimentação). A plataforma Google Acadêmico também foi pesquisada com os descritores "transição alimentar" e "intervenção fonoaudiológica". Na plataforma, a delimitação temporal foi de 5 anos e foram selecionados apenas artigos que incluíam pelo menos uma das palavras-chave no título. O guia foi elaborado a partir desta revisão de escopo de literatura através da plataforma online de design Canva Pro.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Características dos artigos entre as bases de dados

Para esta revisão, foram utilizadas 7 referências, todas previamente fornecidas, pesquisadas de forma livre e de termos livres no portal BVS e Google Acadêmico. Essas referências consistem em artigos científicos e orientações práticas que abordam a transição alimentar e suas implicações no desenvolvimento infantil. O perfil amostral incluiu estudos observacionais, revisões de literatura, relatório de congresso, guia prático de atualização, recurso digital prático, notas de especialista e publicações de relevância científica que investigaram métodos e abordagens fonoaudiológicas. Foram encontrados nesta revisão 5 artigos publicados entre os anos 2017 e 2023. As técnicas propostas nestes artigos variaram de descrição de práticas de BLW e suas implicações ao uso de ferramentas práticas para o auxílio na alimentação do bebê.

Seleção nas bases de dados e dos artigos

Para esta revisão foram incluídas 7 referências com critérios mais recentes abordando o tema da pesquisa. Os resultados das pesquisas foram importados para uma planilha do Excel. Os títulos e resumos foram triados de forma independente por quatro revisores. Não houve discordâncias nesta etapa, e os textos completos foram triados e lidos de forma independente pelos mesmos revisores. As divergências foram resolvidas em reuniões de consenso, não havendo a necessidade de um quinto revisor. Foram coletados os seguintes dados dos artigos remanescentes:

- Ano de publicação;
- Amostra pesquisada;
- Desenho do estudo;
- Técnicas e estratégias utilizadas na transição alimentar.

Referência	Ano de Publicação	Amostra Pesquisada	Estudo	Técnicas e Estratégias na Transição Alimentar
Gomez, MS et al., 2020	2020	Revisão integrativa de literatura sobre o método Baby-Led Weaning	Revisão integrativa	Descrição de práticas de BLW e suas implicações
Sociedade Brasileira de Pediatria, 2023	2023	Análise de recomendações da OMS e práticas de alimentação complementar	Nota especial/análise	Recomendações de práticas para a introdução alimentar conforme OMS
Cassimiro, IGV et al., 2019	2019	Revisão sobre a importância da amamentação para o sistema estomatognático	Revisão de literatura	Amamentação e suas implicações no desenvolvimento oral
Mergener, BO et al., 2018	2018	Estudo sobre a influência da alimentação no desenvolvimento do sistema estomatognático	Estudo observacional	Correlação entre alimentação e o desenvolvimento do sistema estomatognático
Gonzales, GRS & Bagarollo, MF, 2023	2023	Caracterização do sistema estomatognático de bebês com restrições alimentares	Relatório de congresso científico	Estudo de casos com bebês apresentando dificuldades alimentares
Guia Prático de Atualização, 2017	2017	Guia prático sobre o método de alimentação BLW	Guia prático de atualização	Estratégias do método BLW para a introdução alimentar
Aplicativo BLW Brasil, 2022	2022	Aplicativo de orientação para introdução alimentar em bebês	Recurso digital prático	Ferramenta prática para auxílio na alimentação de bebês

Os 7 artigos incluídos foram analisados detalhadamente e serviram de base para a elaboração do guia de orientação. Os estudos foram organizados no quadro acima com os dados destacados de interesse para a pesquisa. As abordagens analisadas incluem recomendações de práticas para a introdução alimentar conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS). Além disso, a amamentação e suas implicações no desenvolvimento oral foram exploradas, assim como a correlação entre alimentação e o desenvolvimento do sistema estomatognático. Estudos de casos com bebês que apresentavam dificuldades alimentares forneceram informações adicionais, e estratégias do método BLW (Baby-Led Weaning) para a introdução alimentar foram detalhadas. Este recurso digital prático serve como uma ferramenta essencial para auxiliar na alimentação de bebês.

Resultados

Os artigos analisados nesta revisão de escopo fundamentam diversas abordagens relevantes para a transição alimentar.

O reflexo de protrusão da língua, descrito por Gonzales e Bagarollo (2023) e Cassimiro et al. (2019), impede inicialmente que o bebê engula objetos indesejados, mas começa a diminuir entre os 4 e 6 meses. A redução desse reflexo, permite maior controle oral, favorecendo a introdução de alimentos sólidos de maneira mais segura.

Gomez et al. (2020), destacam que, o desenvolvimento sensorial do bebê auxilia, no momento da exploração oral antes da introdução alimentar e que é essencial para preparar o paladar e o tato para novos sabores e texturas. Essa exposição estimula a aceitação de uma alimentação diversificada e a introdução bem-sucedida de novos alimentos.

A Sociedade Brasileira de Pediatria (2023) destaca que a coordenação entre a respiração e a deglutição, é essencial para prevenir engasgos, sendo desenvolvida progressivamente. Além disso, entre os 8 e 12 meses, ocorre o desenvolvimento do movimento de pinça, permitindo que a criança pegue pedaços de comida com mais autonomia, favorecendo a independência alimentar.

A exposição precoce a diferentes texturas e sabores foi associada ao desenvolvimento de um paladar mais diversificado (Cassimiro et al., 2019). Essa prática, aliada ao estímulo à exploração tátil e oral, contribui para a formação de hábitos alimentares saudáveis (Guia Prático de Atualização, 2017; Aplicativo BLW Brasil, 2022).

Discussão

Os achados são significativos para a elaboração de um guia de orientação sobre a transição alimentar em bebês. Cada aspecto discutido foi baseado nos autores dos artigos que serviram como base para a confecção deste guia.

Para Gonzales & Bagarollo (2023), a redução do reflexo de protrusão da língua é um marco no desenvolvimento do controle oral, indicando o momento adequado para a introdução de alimentos sólidos na dieta do bebê. Essa evidência é crucial para orientar práticas seguras e eficazes no processo.

Gomez et al. (2020), destacam que o desenvolvimento sensorial, com a exploração de diferentes texturas e sabores, é fundamental para preparar o bebê para uma alimentação diversificada. A inclusão de alimentos variados pode contribuir para a formação de um paladar mais amplo e saudável.

Mergener et al. (2018) destaca que o progresso dos movimentos da mastigação demonstra a importância de oferecer alimentos que correspondam ao estágio motor do bebê. Essa abordagem promove o desenvolvimento das habilidades orais necessárias para a alimentação independente.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Pediatria (2023), a coordenação entre respiração e deglutição e o desenvolvimento motor, como exemplo o movimento de pinça, são essenciais para uma transição alimentar segura. Esses momentos auxiliam na criação de uma independência alimentar, favorecendo o momento do bebê desenvolver suas capacidades no seu próprio ritmo.

Para Cassimiro et al. (2019), a exposição a diferentes texturas e sabores favorece a aceitação alimentar e o desenvolvimento sensorial. Além disso, permitir que a criança explore alimentos com as mãos e a boca é essencial para a construção de uma relação positiva com a comida.

O Guia Prático de Atualização (2017) e o Aplicativo BLW Brasil (2022), destacam a importância de respeitar o desenvolvimento sensório-motor oral da criança e de criar um ambiente seguro e positivo para a alimentação. A exploração ativa dos alimentos é uma prática incentivada para promover autonomia e hábitos saudáveis.

Os resultados mostram que a transição alimentar é um processo multidimensional, envolvendo aspectos sensoriais, motores e cognitivos. A criação de um guia de orientação baseado nesses achados pode fornecer ferramentas essenciais para pais e cuidadores, promovendo segurança, saúde e uma relação positiva com a alimentação desde os primeiros anos.

CONCLUSÃO

A elaboração deste guia evidencia a importância do cuidado e preparo na fase de transição alimentar, um processo crucial tanto para o bebê quanto para a família. A transição para a alimentação sólida requer atenção para garantir uma alimentação segura, eficaz e benéfica ao desenvolvimento infantil. A amamentação, por exemplo, desempenha um papel essencial no fortalecimento e desenvolvimento das estruturas orofaciais, favorecendo o crescimento do crânio e da face, o posicionamento adequado da língua e a formação da oclusão dentária. Esses elementos são fundamentais para que o bebê esteja preparado para etapas posteriores, como a mastigação e a deglutição de alimentos sólidos.

Diante da complexidade dessa transição, o guia elaborado serve como um material de apoio prático e acessível para os pais e responsáveis. Ele reúne informações essenciais para orientar a escolha do método de introdução alimentar, seja o tradicional, o Baby-Led Weaning (BLW) ou a Abordagem Participativa. Cada método oferece formas distintas de apresentar os alimentos ao bebê, priorizando a segurança, o bem-estar e a autonomia. Dessa forma, o guia não só facilita a adaptação do bebê aos novos alimentos, mas também proporciona uma experiência positiva e educativa para toda a família, garantindo que o desenvolvimento nutricional e motor do bebê aconteça de forma equilibrada e saudável. Este guia não substitui as orientações dos profissionais de saúde.

REFERÊNCIAS

1. A Alimentação Complementar e o Método BLW (Baby-Led Weaning). Guia Prático de Atualização: Departamento Científico de Nutrologia, nº 3, maio, 2017. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/19491c-GP - AlimCompl - Metodo BLW.pdf. Acesso em: 9 de set. 2024.
2. Aleitamento e alimentação complementar Análise sobre as recomendações da Organização Mundial de Saúde. Nota Especial: Sociedade Brasileira de Pediatria, nº 115, Nov de 2023. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/24308b-NEspecial-Aleitam e AlimentComplementar.pdf. Acesso em: 9 de set. 2024.
3. Aplicativo BLW Brasil - Alimentação Bebês, 2022. Disponível em Play Store e App Store.
4. Araújo, Cláudia Marina T. de, e Gisélia Alves Pontes da Silva. “Alimentação complementar e desenvolvimento sensoriomotor oral: possíveis implicações”. Temas desenvolv, 2005, p. 5–11. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/bvsmms/resource/pt/lil-532671>. Acesso em: 12 de set. 2024.
5. Araújo, Cláudia Marina T. de, e Gisélia Alves Pontes da Silva. “Introdução da alimentação complementar e o desenvolvimento sensório motor oral”. Introdução da alimentação complementar e do desenvolvimento sensório motor oral , 2004, p. 16–16. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/bvsmms/resource/pt/lil-444705>. Acesso em: 11 de set. 2024.
6. Branco, Ana Beatriz Ferreira Martins. Baby-Led Weaning como método de diversificação alimentar no lactente - Processo de implementação e opções parentais. 2023, p. 103–103. Disponível em: <http://web.esenfc.pt/?url=luu25GJ4>. Acesso em: 12 de set.
7. Cassimiro, IGV; Souza, PG; Rodrigues, MC; Carneiro, GKM. A IMPORTÂNCIA DA AMAMENTAÇÃO NATURAL PARA O SISTEMA ESTOMATOGNÁTICO. Rev. UNINGÁ, Maringá, v. 56, n. S5, p. 54-66, jul./set. 2019. Disponível em: <https://revista.uninga.br/uninga/article/view/2678>. Acesso em: 9 de set. 2024.
8. Gonzales, GRS; Bagarollo, MF. CARACTERIZAÇÃO DO SISTEMA ESTOMATOGNÁTICO DE BEBÊ DE SEIS A VINTE E QUATRO MESES QUE APRESENTAM RESTRIÇÕES ALIMENTARES. XXXI Congresso de Iniciação Científica da UNICAMP – 2023. Disponível em: <https://prp.unicamp.br/inscricao-congresso/resumos/2023P21961A38782O5422.pdf>. Acesso em: 9 de set. 2024.
9. Gomes, Manoel Luiz. “A influência da alimentação civilizada na deteriorização do sistema estomatognático”. J. bras. ortodontia ortop. maxilar, 1997, p. 65–74. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/bvsmms/resource/pt/lil-222628>. Acesso em: 11 de set. 2024.

10. Gomez, MS; Novaes, APT; Silva, JP; Guerra, LM; Possobon, RF. BABY-LED WEANING, PANORAMA DA NOVA ABORDAGEM SOBRE INTRODUÇÃO ALIMENTAR: REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA. Rev. Paulista de Pediatria, São Paulo, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/Gt4V9LBzQQM689XBjLfZkQw/?lang=en>. Acesso em: 9 de set. 2024.
11. Holanda, Ana Larissa Fernandes de, et al. “Influência da amamentação natural e artificial no desenvolvimento de hábitos bucais e maloclusões: revisão sistemática”. Ortodon. gaúch, 2006, p. 129–35. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/bvsmms/resource/pt/lil-518560>. Acesso em: 11 de set. 2024.
12. KNOLL, Larissa Reale. “A influência do aleitamento materno no crescimento e desenvolvimento craniofacial, sob o conceito da reabilitação neuroclusal”. Ortodontia, 2016, pág. 137–42. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/bvsmms/resource/pt/lil-779463>. Acesso em: 10 de set. 2024.
13. Macedo, Alessandra Regina Vieira Caetano de. O desenvolvimento das habilidades de alimentação do bebê no primeiro ano de vida: uma perspectiva fonoaudiológica de promoção de saúde. 2012, p. 152–152. Disponível em: <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5137/tde-10092012-151808/pt-br.php>. Acesso em: 12 de set.
14. MERGENER, B. O.; BUSATO, C. de A.; MERGENER, R. A. Influência da alimentação em crianças e o desenvolvimento do sistema estomatognático. Unoesc & Ciência - ACBS, [S. l.], v. 9, n. 1, p. 61–68, 2018. Disponível em: <https://periodicos.unoesc.edu.br/acbs/article/view/15381>. Acesso em: 9 de set. 2024.
15. Telles, Mariângela Silva, e Célia Sperandeo Macedo. “Relação entre desenvolvimento motor corporal e aquisição de habilidades orais”. Pró-Fono Revista de Atualização Científica, vol. 20, junho de 2008, p. 117–22. SciELO, <https://doi.org/10.1590/S0104-56872008000200008>. Acesso em: 10 de set. 2024.
16. Vargas, Camila Lehnhart, et al. “Influência do uso do copo ou mamadeira durante a transição alimentar de recém-nascidos pré-termo sobre o sistema estomatognático e as taxas de aleitamento materno”. Distúrb. comun, 2014. Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/index.php/dic/article/view/15166/14650>. Acesso em: 12 de set. 2024.