

# DESTETE DIRIGIDO POR EL BEBÉ: UN MÉTODO QUE CAUSA RECHAZO DEBIDO A SU DESCONOCIMIENTO - UNA REVISIÓN NARRATIVA DE LA LITERATURA

*Domingo Orihuela C, Castro Matas N, Romero Camero EM, García Martínez AR, Cruz Lendinez C.  
Hospital Universitario de Jaén, Jaén.*

## INTRODUCCIÓN

Método que fomenta la **autoalimentación** del bebé, permitiéndole así participar en las comidas familiares decidiendo por sí mismo qué comer, qué cantidad y con qué rapidez.

Requisitos:

Estabilidad corporal para permanecer sentados

Interés por la comida

Coordinación ojo-mano-boca

Ausencia del reflejo de extrusión

**OBJETIVO:** revisar la evidencia científica actual sobre dicho método para listar las ventajas y desventajas del mismo con el fin de actualizar la información disponible para una mayor familiarización de enfermería pediátrica y otros profesionales sanitarios

## RESULTADOS

### Ventajas



- Coordinación motora y desarrollo de motricidad y masticación
- Preferencias por alimentos saludables, menos selectivos
- Menor obesidad infantil.
- Mejor control de saciedad y experimentación de distintos sabores y texturas
- Periodos mas largos de lactancia materna
- Ambiente relajado en las comidas
- Método sencillo, cómodo y adaptable

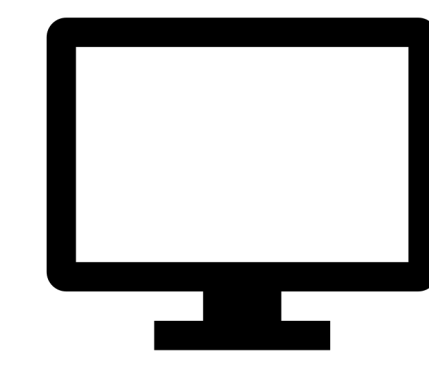
### Desventajas



- Rechazo por riesgo de asfixia y déficit de consumo de Hierro y de energía
- Suciedad y desorden
- Miedo por: el impacto en salud, ganancia de peso, consumo de gama limitada de alimentos



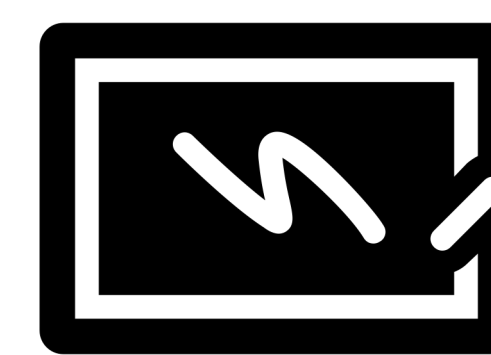
## METODOLOGÍA



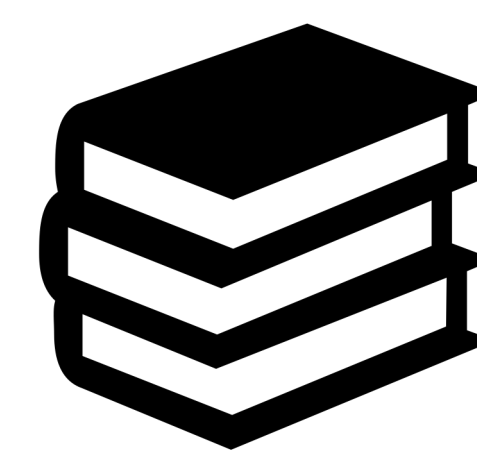
Búsqueda bibliográfica durante Marzo 2025



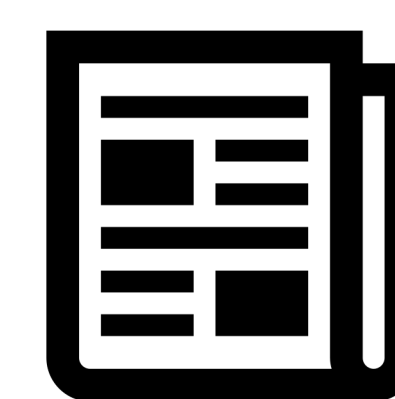
Pubmed y Scopus



"Baby AND led AND weaning"



Estudios originales y revisiones, 2015-2025, disponibles a texto completo, español e inglés



11 artículos

### Otras alternativas

Método BLISS: alimento rico en hierro + energético + adecuada preparación de alimentos

BLW mixto

## CONCLUSIÓN

- ☐ Numerosos efectos beneficiosos
- ☐ Método cada vez mas en auge por su amplia difusión en los medios de comunicación
- ☐ Respetar decisión padres
- ☐ Rechazo de profesionales debido al desconocimiento
- ☐ Familiarización por parte de enfermería con el método

