



Nutrição sob a Ótica Teórica e Prática 2

Vanessa Bordin Viera
Natiéli Piovesan
(Organizadoras)

Atena
Editora
Ano 2021



Nutrição sob a Ótica Teórica e Prática 2

Vanessa Bordin Viera
Natiéli Piovesan
(Organizadoras)


Ano 2021

Editora Chefe

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Assistentes Editoriais

Natalia Oliveira

Bruno Oliveira

Flávia Roberta Barão

Bibliotecária

Janaina Ramos

Projeto Gráfico e Diagramação

Natália Sandrini de Azevedo

Camila Alves de Cremo

Luiza Alves Batista

Maria Alice Pinheiro

Imagens da Capa

Shutterstock

Edição de Arte

Luiza Alves Batista

Revisão

Os Autores

2021 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2021 Os autores

Copyright da Edição © 2021 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição-Não-Comercial-NãoDerivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. Permitido o *download* da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná

Prof. Dr. Américo Junior Nunes da Silva – Universidade do Estado da Bahia

Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense
Prof. Dr. Crisóstomo Lima do Nascimento – Universidade Federal Fluminense
Prof^ª Dr^ª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Daniel Richard Sant’Ana – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Prof^ª Dr^ª Dilma Antunes Silva – Universidade Federal de São Paulo
Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá
Prof. Dr. Elson Ferreira Costa – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima
Prof. Dr. Gustavo Henrique Cepolini Ferreira – Universidade Estadual de Montes Claros
Prof^ª Dr^ª Ivone Goulart Lopes – Instituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Jadson Correia de Oliveira – Universidade Católica do Salvador
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Prof^ª Dr^ª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Prof. Dr. Luis Ricardo Fernandes da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros
Prof^ª Dr^ª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Pontifícia Universidade Católica de Campinas
Prof^ª Dr^ª Maria Luzia da Silva Santana – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof^ª Dr^ª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^ª Dr^ª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof^ª Dr^ª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Prof^ª Dr^ª Carla Cristina Bauermann Brasil – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – Universidade Federal da Grande Dourados
Prof^ª Dr^ª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Prof^ª Dr^ª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará
Prof^ª Dr^ª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Jael Soares Batista – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof^ª Dr^ª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa
Prof^ª Dr^ª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Prof^ª Dr^ª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido

Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília

Prof^ª Dr^ª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás

Prof^ª Dr^ª Débora Luana Ribeiro Pessoa – Universidade Federal do Maranhão

Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri

Prof^ª Dr^ª Elizabeth Cordeiro Fernandes – Faculdade Integrada Medicina

Prof^ª Dr^ª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília

Prof^ª Dr^ª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina

Prof^ª Dr^ª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira

Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia

Prof. Dr. Fernando Mendes – Instituto Politécnico de Coimbra – Escola Superior de Saúde de Coimbra

Prof^ª Dr^ª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras

Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria

Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de Rondônia

Prof^ª Dr^ª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco

Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande

Prof. Dr. Jefferson Thiago Souza – Universidade Estadual do Ceará

Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Piauí

Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte

Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará

Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas

Prof^ª Dr^ª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande

Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia

Prof^ª Dr^ª Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará

Prof^ª Dr^ª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma

Prof^ª Dr^ª Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte

Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá

Prof. Dr. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados

Prof^ª Dr^ª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino

Prof^ª Dr^ª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora

Prof^ª Dr^ª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa

Prof^ª Dr^ª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Ciências Exatas e da Terra e Engenharias

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto

Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás

Prof^ª Dr^ª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná

Prof. Dr. Cleiseano Emanuel da Silva Paniagua – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás

Prof. Dr. Douglas Gonçalves da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof^ª Dr^ª Érica de Melo Azevedo – Instituto Federal do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Prof^ª Dra. Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande
Prof^ª Dr^ª Luciana do Nascimento Mendes – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Marco Aurélio Kistemann Junior – Universidade Federal de Juiz de Fora
Prof^ª Dr^ª Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Prof^ª Dr^ª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof^ª Dr^ª Priscila Tessmer Scaglioni – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Linguística, Letras e Artes

Prof^ª Dr^ª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins
Prof^ª Dr^ª Angeli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro
Prof^ª Dr^ª Carolina Fernandes da Silva Mandaji – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof^ª Dr^ª Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará
Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Prof^ª Dr^ª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná
Prof^ª Dr^ª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
Prof^ª Dr^ª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Prof^ª Dr^ª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia

Conselho Técnico Científico

Prof. Me. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo
Prof. Me. Adalberto Zorzo – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba
Prof. Dr. Adilson Tadeu Basquerote Silva – Universidade para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí
Prof. Dr. Alex Luis dos Santos – Universidade Federal de Minas Gerais
Prof. Me. Aleksandro Teixeira Ribeiro – Centro Universitário Internacional
Prof^ª Ma. Aline Ferreira Antunes – Universidade Federal de Goiás
Prof. Me. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão
Prof^ª Ma. Andréa Cristina Marques de Araújo – Universidade Fernando Pessoa
Prof^ª Dr^ª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico
Prof^ª Dr^ª Andrezza Miguel da Silva – Faculdade da Amazônia
Prof^ª Ma. Anelisa Mota Gregoleti – Universidade Estadual de Maringá
Prof^ª Ma. Anne Karynne da Silva Barbosa – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Antonio Hot Pereira de Faria – Polícia Militar de Minas Gerais
Prof. Me. Armando Dias Duarte – Universidade Federal de Pernambuco
Prof^ª Ma. Bianca Camargo Martins – UniCesumar

Profª Ma. Carolina Shimomura Nanya – Universidade Federal de São Carlos
Prof. Me. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Me. Christopher Smith Bignardi Neves – Universidade Federal do Paraná
Prof. Ma. Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo
Profª Drª Cláudia Taís Siqueira Cagliari – Centro Universitário Dinâmica das Cataratas
Prof. Me. Clécio Danilo Dias da Silva – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Me. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará
Profª Ma. Daniela da Silva Rodrigues – Universidade de Brasília
Profª Ma. Daniela Remião de Macedo – Universidade de Lisboa
Profª Ma. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Me. Douglas Santos Mezacas – Universidade Estadual de Goiás
Prof. Me. Edevaldo de Castro Monteiro – Embrapa Agrobiologia
Prof. Me. Eduardo Gomes de Oliveira – Faculdades Unificadas Doctum de Cataguases
Prof. Me. Eduardo Henrique Ferreira – Faculdade Pitágoras de Londrina
Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil
Prof. Me. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita
Prof. Me. Ernane Rosa Martins – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás
Prof. Me. Euvaldo de Sousa Costa Junior – Prefeitura Municipal de São João do Piauí
Prof. Dr. Everaldo dos Santos Mendes – Instituto Edith Theresa Hedwing Stein
Prof. Me. Ezequiel Martins Ferreira – Universidade Federal de Goiás
Profª Ma. Fabiana Coelho Couto Rocha Corrêa – Centro Universitário Estácio Juiz de Fora
Prof. Me. Fabiano Eloy Atilio Batista – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Me. Felipe da Costa Negrão – Universidade Federal do Amazonas
Prof. Me. Francisco Odécio Sales – Instituto Federal do Ceará
Profª Drª Germana Ponce de Leon Ramírez – Centro Universitário Adventista de São Paulo
Prof. Me. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária
Prof. Me. Givanildo de Oliveira Santos – Secretaria da Educação de Goiás
Prof. Dr. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná
Prof. Me. Gustavo Krahl – Universidade do Oeste de Santa Catarina
Prof. Me. Helton Rangel Coutinho Junior – Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro
Profª Ma. Isabelle Cerqueira Sousa – Universidade de Fortaleza
Profª Ma. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia
Prof. Me. Javier Antonio Albornoz – University of Miami and Miami Dade College
Prof. Me. Jhonatan da Silva Lima – Universidade Federal do Pará
Prof. Dr. José Carlos da Silva Mendes – Instituto de Psicologia Cognitiva, Desenvolvimento Humano e Social
Prof. Me. Jose Elyton Batista dos Santos – Universidade Federal de Sergipe
Prof. Me. José Luiz Leonardo de Araujo Pimenta – Instituto Nacional de Investigación Agropecuaria Uruguay
Prof. Me. José Messias Ribeiro Júnior – Instituto Federal de Educação Tecnológica de Pernambuco
Profª Drª Juliana Santana de Curcio – Universidade Federal de Goiás
Profª Ma. Juliana Thaisa Rodrigues Pacheco – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Kamilly Souza do Vale – Núcleo de Pesquisas Fenomenológicas/UFPA
Prof. Dr. Kárpio Márcio de Siqueira – Universidade do Estado da Bahia
Profª Drª Karina de Araújo Dias – Prefeitura Municipal de Florianópolis
Prof. Dr. Lázaro Castro Silva Nascimento – Laboratório de Fenomenologia & Subjetividade/UFPR

Prof. Me. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^ª Ma. Lillian Coelho de Freitas – Instituto Federal do Pará
Prof^ª Ma. Lilians Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ
Prof^ª Dr^ª Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Lucio Marques Vieira Souza – Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura de Sergipe
Prof. Dr. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual do Paraná
Prof^ª Ma. Luana Ferreira dos Santos – Universidade Estadual de Santa Cruz
Prof^ª Ma. Luana Vieira Toledo – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Me. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados
Prof^ª Ma. Luma Sarai de Oliveira – Universidade Estadual de Campinas
Prof. Dr. Michel da Costa – Universidade Metropolitana de Santos
Prof. Me. Marcelo da Fonseca Ferreira da Silva – Governo do Estado do Espírito Santo
Prof. Dr. Marcelo Máximo Purificação – Fundação Integrada Municipal de Ensino Superior
Prof. Me. Marcos Aurelio Alves e Silva – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo
Prof^ª Ma. Maria Elanny Damasceno Silva – Universidade Federal do Ceará
Prof^ª Ma. Marileila Marques Toledo – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Prof. Me. Pedro Panhoca da Silva – Universidade Presbiteriana Mackenzie
Prof^ª Dr^ª Poliana Arruda Fajardo – Universidade Federal de São Carlos
Prof. Me. Ricardo Sérgio da Silva – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Me. Renato Faria da Gama – Instituto Gama – Medicina Personalizada e Integrativa
Prof^ª Ma. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal
Prof. Me. Robson Lucas Soares da Silva – Universidade Federal da Paraíba
Prof. Me. Sebastião André Barbosa Junior – Universidade Federal Rural de Pernambuco
Prof^ª Ma. Silene Ribeiro Miranda Barbosa – Consultoria Brasileira de Ensino, Pesquisa e Extensão
Prof^ª Ma. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo
Prof^ª Ma. Taiane Aparecida Ribeiro Nepomoceno – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Prof. Me. Tallys Newton Fernandes de Matos – Faculdade Regional Jaguaribana
Prof^ª Ma. Thatianny Jasmine Castro Martins de Carvalho – Universidade Federal do Piauí
Prof. Me. Tiago Silvio Dedoné – Colégio ECEL Positivo
Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

Nutrição sob a ótica teórica e prática 2

Editora Chefe: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira
Bibliotecária: Janaina Ramos
Diagramação: Camila Alves de Cremo
Correção: Giovanna Sandrini de Azevedo
Edição de Arte: Luiza Alves Batista
Revisão: Os Autores
Organizadores: Vanessa Bordin Viera
Natiéli Piovesan

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

N976 Nutrição sob a ótica teórica e prática 2 / Organizadoras
Vanessa Bordin Viera, Natiéli Piovesan. – Ponta Grossa
- PR: Atena, 2021.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-5706-951-6

DOI 10.22533/at.ed.516210104

1. Nutrição. 2. Pesquisa. I. Viera, Vanessa Bordin
(Organizadora). II. Piovesan, Natiéli (Organizadora). III. Título.
CDD 613

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

Atena Editora

Ponta Grossa – Paraná – Brasil
Telefone: +55 (42) 3323-5493

www.atenaeditora.com.br

contato@atenaeditora.com.br

DECLARAÇÃO DOS AUTORES

Os autores desta obra: 1. Atestam não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao artigo científico publicado; 2. Declaram que participaram ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certificam que os artigos científicos publicados estão completamente isentos de dados e/ou resultados fraudulentos; 4. Confirmam a citação e a referência correta de todos os dados e de interpretações de dados de outras pesquisas; 5. Reconhecem terem informado todas as fontes de financiamento recebidas para a consecução da pesquisa.

APRESENTAÇÃO

O *e-book* “Nutrição sob a Ótica Teórica e Prática 2” traz 20 artigos científicos com temáticas atuais como alimentos biofortificados, análises de composição nutricional de cardápios, gordura trans, hábitos alimentares; dietas da moda, transtornos alimentares; aleitamento materno; vitamina D, alimentação saudável, entre outros assuntos que envolvem diversas áreas da nutrição.

Convidamos todos para uma leitura visando obter conhecimento e promover reflexões sobre os temas deste *e-book*.

Vanessa Bordin Viera
Natiéli Piovesan

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1..... 1

ADOÇÃO DE ALIMENTOS BIOFORTIFICADOS COMO ESTRATÉGIA PARA SUPRIR AS DEFICIÊNCIAS DE MICRONUTRIENTES NA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Alinne Oliveira Nunes Azevedo

Fabiola Teixeira Azevedo

Clara dos Reis Nunes

DOI 10.22533/at.ed.5162101041

CAPÍTULO 2..... 16

ANÁLISE DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DE CARDÁPIOS DISPONIBILIZADOS POR BLOGUEIRAS EM SITES DA INTERNET

Vanessa Barros de Carvalho

Maria Luiza Maranhão Fonseca

Cleudiane de Jesus Louredo Pereira

Samara dos Santos Feitosa

Silvio Carvalho Marinho

Jethania Glasses Cutrim Furtado Ferreira

Karyne Antonia de Sousa Figueredo

Marcos Roberto Campos de Macedo

DOI 10.22533/at.ed.5162101042

CAPÍTULO 3..... 27

ARROZES ESPECIAIS: INCENTIVO A CRIAÇÕES GASTRONÔMICAS

Mariluce Luglio Kosugi

DOI 10.22533/at.ed.5162101043

CAPÍTULO 4..... 34

AUXILIO DA NUTRIÇÃO NO TRATAMENTO DA ESCLEROSE LATERAL AMIOTRÓFICA

Amanda Diely Brito Bulhões da Silva

Alexandre Augusto Pinheiro de Oliveira

Giulianna Campos Lamas

Juliana Carolina Pantoja Revorêdo

DOI 10.22533/at.ed.5162101044

CAPÍTULO 5..... 43

CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS FONTES DE GORDURA TRANS

Marcela Brito Parente

Karla Cavalcante Quadros

Hugo Rangel Fernandes

DOI 10.22533/at.ed.5162101045

CAPÍTULO 6..... 58

DESENVOLVIMENTO E CARACTERIZAÇÃO DE BISCOITO FUNCIONAL PRODUZIDO COM RESÍDUOS DA INDUSTRIALIZAÇÃO DA UVA

Marvi Paola Sommer da Silva

Rosselei Caiel da Silva
Rochele Cassanta Rossi
Ingrid Duarte dos Santos

DOI 10.22533/at.ed.5162101046

CAPÍTULO 7..... 66

EFFICACY OF SUPPLEMENTATION WITH MYO-INOSITOL IN THE TREATMENT OF POLYCYSTIC OVARY SYNDROME - META-ANALYSIS

Paula Porto Machado de Paula
Lucas Cândido Gonçalves
Paulo Alex Neves da Silva
Antonio Márcio Teodoro Cordeiro Silva
Xisto Sena Passos
Natália Menezes Silva

DOI 10.22533/at.ed.5162101047

CAPÍTULO 8..... 82

FATOR DE CORREÇÃO DE HORTALIÇAS EM SERVIÇOS DE ALIMENTAÇÃO: INDICADOR DE BOAS PRÁTICAS E SUSTENTABILIDADE

Suzana Felix dos Santos
Priscila Guadagno de Souza
Talita Braga de Brito Nogueira
Ana Elizabeth Cavalcante Fai

DOI 10.22533/at.ed.5162101048

CAPÍTULO 9..... 97

FERRAMENTAS DE GERENCIAMENTO PARA O CONTROLE DE CUSTOS EM UNIDADES PRODUTORAS DE REFEIÇÕES (UPRs)

Candice de Oliveira Aires Sousa
Teresa Elisa Sousa da Silva
Grazielle Louise Ribeiro de Oliveira

DOI 10.22533/at.ed.5162101049

CAPÍTULO 10..... 116

HÁBITOS ALIMENTARES APRESENTADOS POR ESTUDANTES DE UMA ESCOLA PRIVADA DE MACEIÓ/AL

Deborah Maria Tenório Braga Cavalcante Pinto
Karen Bastos de Amorim
Pedro de Medeiros Monteiro
Fabiana Palmeira Melo Costa
Vinícius Tenório Braga Cavalcante Pinto
Letícia Aldeman de Oliveira Rodrigues
Eduarda de Almeida Paz Costa

DOI 10.22533/at.ed.51621010410

CAPÍTULO 11..... 124

INOVAÇÃO EM NUTRIÇÃO ESPORTIVA

Anna Claudia Sahade Brunatti Abrão

Pedro Henrique Silva de Rossi

DOI 10.22533/at.ed.51621010411

CAPÍTULO 12..... 132

IMPACTOS DA UTILIZAÇÃO DE DIETAS DA MODA NA SAÚDE DE INDIVÍDUOS EXCESSO DE PESO E OBESOS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Brenda Pontes do Nascimento

Hercília Oliveira Santos

Sandra Machado Lira

Carla Laine Silva Lima

Marcelo Oliveira Holanda

Paula Alves salmito

Fernando Cesar Rodrigues Brito

Natalia do Vale Canabrava

Chayane Gomes Marques

José Ytalo Gomes da Silva

Bruno Bezerra da Silva

Raquel Teixeira Terceiro Paim

DOI 10.22533/at.ed.51621010412

CAPÍTULO 13..... 142

INSEGURANÇA ALIMENTAR EM MULHERES GESTANTES E NÃO GESTANTES

Flávia Maiele Pedroza Trajano

Rafaela Lira Formiga Cavalcanti de Lima

Maria Augusta Correa Barroso Magno Viana

Maria do Carmo Pedroza Trajano

Nadjeanny Ingrid Galdino Gomes

João Agnaldo do Nascimento

Rodrigo Pinheiro de Toledo Vianna

DOI 10.22533/at.ed.51621010413

CAPÍTULO 14..... 155

VIVÊNCIA DE ACADÊMICA DE NUTRIÇÃO EM BANCO DE LEITE HUMANO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Gabrielle Tomaz Nunes

Grace Kelly Pestana dos Santos

Roseli Correia

Elizabete Helbig

DOI 10.22533/at.ed.51621010414

CAPÍTULO 15..... 166

OS MÉTODOS DE INTRODUÇÃO ALIMENTAR CONVENCIONAL E BABY-LED WEANING (BLW): UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA

Amanda Diely Brito Bulhões da Silva

Alexandre Augusto Pinheiro de Oliveira

Giulianna Campos Lamas

Juliana Carolina Pantoja Revorêdo

DOI 10.22533/at.ed.51621010415

CAPÍTULO 16..... 177

OS PRIMEIROS MIL DIAS DA CRIANÇA: UMA JANELA DE OPORTUNIDADES À PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Aline Prado dos Santos
Sarah Camila Fortes Santos
Leidiany Ramos Brito Silva

DOI 10.22533/at.ed.51621010416

CAPÍTULO 17..... 182

PERCEÇÃO DA AUTOIMAGEM E RISCO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO

Renata Castelo Aguiar
Rodrigo Holanda Torrel
Sandra Machado Lira
Carla Laine Silva Lima
Marcelo Oliveira Holanda
Paula Alves salmito
Fernando Cesar Rodrigues Brito
Natalia do Vale Canabrava
Chayane Gomes Marques
José Ytalo Gomes da Silva
Bruno Bezerra da Silva
Raquel Teixeira Terceiro Paim

DOI 10.22533/at.ed.51621010417

CAPÍTULO 18..... 194

PERCEÇÃO SOBRE A DIETA HOSPITALAR, MITOS E VERDADES SOBRE A ALIMENTAÇÃO DURANTE A GESTAÇÃO: RELATO DE ATIVIDADES ACADÊMICAS DE EXTENSÃO NO HU/FURG

Gabrielle Tomaz Nunes
Grace Kelly Pestana dos Santos
Roseli Correia
Elizabete Helbig

DOI 10.22533/at.ed.51621010418

CAPÍTULO 19..... 202

PERFIL DO ALEITAMENTO MATERNO E MORBIDADE POR DIARREIA EM CRIANÇAS COM ATÉ SEIS MESES DE VIDA

Leila Magda Rodrigues Almeida
Djanilson Barbosa Santos
Gisele Queiroz Carvalho

DOI 10.22533/at.ed.51621010419

CAPÍTULO 20..... 214

PREVALÊNCIA DA INSUFICIÊNCIA/DEFICIÊNCIA DA VITAMINA D E SUA ASSOCIAÇÃO COM EXPOSIÇÃO SOLAR E CONSUMO ALIMENTAR DE VITAMINA D E CÁLCIO EM PORTADORES DE FIBROSE CÍSTICA

Élida Felinto dos Prazeres

Raiane Fernandes de Azevedo Cruz
Maria Paula de Paiva
Dayanna Joyce Marques Queiroz
Celso Costa da Silva Júnior
Maria da Conceição Rodrigues Gonçalves

DOI 10.22533/at.ed.51621010420

CAPÍTULO 21	227
I FEIRA DE SAÚDE E EDUCAÇÃO “ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E VIDA”: CONSTRUINDO CAMINHOS PARA O CUIDADO	
Kellen da Costa Barbosa	
Aline Cristiane da Costa Dias	
Georgette do Socorro Negrão Macedo	
Alan Machado de Almeida	
DOI 10.22533/at.ed.51621010421	
SOBRE AS ORGANIZADORAS	235
ÍNDICE REMISSIVO	236

OS MÉTODOS DE INTRODUÇÃO ALIMENTAR CONVENCIONAL E BABY-LED WEANING (BLW): UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA

Data de aceite: 29/03/2021

Data de submissão: 08/03/2021

Amanda Diely Brito Bulhões da Silva

Centro Universitário do Estado do Pará
(CESUPA)
Belém/PA
<http://lattes.cnpq.br/9722718596351144>

Alexandre Augusto Pinheiro de Oliveira

Centro Universitário do Estado do Pará
(CESUPA)
Belém/PA
<http://lattes.cnpq.br/3682241601828115>

Giulianna Campos Lamas

Centro Universitário do Estado do Pará
(CESUPA)
Belém/PA

Juliana Carolina Pantoja Revorêdo

Escola Superior da Amazônia (ESAMAZ)
Belém/PA
<http://lattes.cnpq.br/2850679556782947>

RESUMO: Este artigo teve por objetivo geral realizar um estudo dos métodos de introdução alimentar tradicional e Baby Led Weaning (BLW) a partir dos 6 meses de vida. Os objetivos específicos foram: aprofundar as características dos métodos de IA (Tradicional e BLW); e descrever os benefícios e desvantagens de ambos os métodos. Trata-se de uma pesquisa de revisão integrativa de literatura (RIL), descritiva com abordagem qualitativa, tendo como fonte

a plataforma do Banco Virtual de Saúde (BVA), que agrada diversos sites relacionados à saúde humana, como o LILACs, Scielo, PubMed, possibilitando uma pesquisa com relevância em trabalhos acadêmicos. Os resultados da análise dos trabalhos apontaram que o método BLW em si é uma alternativa de alimentação complementar, que deve ser adotada com cuidado por existir lacunas não exploradas pela literatura científica. Porém, o desmame deve ser feito de forma gradual, assegurando as necessidades energéticas e proteicas, deve ocorrer uma adaptação progressiva de independência da criança, bem como o controle de saciedade, evitando a obesidade infantil. Tanto a alimentação tradicional quanto a BLW têm suas limitações e vantagens, e devem ser melhor exploradas e alternadas a fim de se garantir menores riscos, melhor saciedade e independência do bebê, assim como a supressão das necessidades básicas nutricionais, asseguradas pela alimentação tradicional.

PALAVRAS-CHAVE: Baby-led Weaning. Introdução alimentar. Método tradicional. Método BLW.

THE CONVENTIONAL AND BABY-LED FOOD INTRODUCTION METHODS WEANING (BLW): AN INTEGRATIVE LITERATURE REVIEW

ABSTRACT: The general objective of this article was to carry out a study on the methods of traditional food introduction and Baby Led Weaning (BLW) from 6 months of life. The specific objectives were: to deepen the characteristics of AI methods (Traditional and BLW) and describe

the benefits and disadvantages of both methods. This is an integrative literature review research (RIL) descriptive with a qualitative approach, having as resource the Virtual Health Bank (BVA) platform, which combine several sites related to human health, such as LILACs, Scielo, PubMed, enabling a relevant research in academic works. The results of the analysis of the studies showed that the BLW method itself is an alternative to complementary feeding, which must be carefully adopted because there are still gaps not explored by the scientific literature. However, weaning should be done gradually, ensuring the child's energy and protein needs, there should also be a gradual adaptation of the child's independence, as well as the child's satiety control, avoiding childhood obesity. Both traditional feeding and BLW have their limitations and advantages, and they should be better explored and alternated in order to guarantee less risks, better satiety and baby's independence, as well as the suppression of basic nutritional needs, ensured by traditional feeding.

KEYWORDS: Baby-led Weaning. Food introduction. Traditional method. BLW method.

1 | INTRODUÇÃO

Em seus primeiros anos de vida as crianças passam por muitas transformações, requisitando atenção de seus cuidadores para as necessidades energéticas das fases, e nesse período da vida, a criança passa pelo processo de desenvolvimento do gastrointestinal e neuropsicomotor, que inclui o efeito positivo que a sucção no seio materno proporciona ao desenvolvimento dos órgãos fono articulatórios, desde a força, mobilidade muscular, tal como algumas funções do sistema estomatognático, a respiração, a deglutição e a fala. Também desenvolve o autocontrole do processo de ingestão de alimentos e seus procedimentos em relação à fome desde a amamentação para a vida adulta (BRASIL, 2013; SBP, 2017).

A OMS e o Ministério da Saúde do Brasil (2013) orientam que as lactantes alimentem as crianças exclusivamente com leite materno até o sexto mês de vida, pois o leite é suficiente para atender as necessidades energéticas nesse período. A começar desta idade, do sexto mês em diante, a introdução de alimentos é importante para que seja atingido a necessidade de nutrientes e complementar a energia e micronutrientes necessários para o crescimento saudável e pleno desenvolvimento das crianças (ALVES et al 2018).

A introdução de alimentos complementares é mais fácil em crianças que já amamentaram, por terem sido expostas para diferentes sentidos contidos no leite materno e além de suprir as necessidades nutricionais, a introdução da alimentação complementar aproxima progressivamente a criança aos hábitos alimentares de quem cuida dela e exige todo esforço adaptativo a uma nova fase do ciclo de vida, na qual lhe são apresentados novos sabores, cores, aromas, texturas e saberes (BRASIL, 2015).

Portanto, a complementação do leite materno a partir dos seis meses é fundamental para atender as necessidades nutricionais do lactente, e com isso, tem-se discutido dois métodos de introdução alimentar: o método tradicional e Baby Led Weaning (BLW)

(SCARPATTO; FORTE, 2018).

A introdução alimentar tradicional, que é aconselhada pelas diretrizes da Organização Mundial da Saúde (OMS), orienta que a oferta deve ser variada, em formas de papas e purês, e que durante o desenvolvimento do bebê, os alimentos devem ser oferecidos em pedaços, com o uso de uma colher adequada para a criança, gradualmente, a consistência pastosa deve ir aumentando até atingir à alimentação da família, mais ou menos aos 12 meses. Complementando o leite materno, que deverá ser mantido até os dois anos ou mais (ESCOBAR, 2018).

Em contraponto, o método BLW tem despertado atenção de muitas lactantes. É uma forma alternativa de se introduzir os alimentos sólidos ao bebê. Criado em 2008 pela enfermeira social inglesa, PhD. Gill Rapley, esse método consiste no desmame guiado pelo bebê. Ou seja, prevê a oferta de alimentos complementares em pedaços ou bastões, sem a utilização das tradicionais papinhas, essa abordagem não inclui alimentação com a colher e nenhum método de adaptação de consistência para preparar a refeição do lactente. Porém, o método vai muito, além disso, tem como objetivo contemplar a saciedade, a autonomia e também o reconhecimento de texturas alimentares diferentes (ARANTES et al 2018).

Tendo os diferentes pontos de vista entre as abordagens, esta revisão objetiva apresentar as características, as vantagens e desvantagens de cada método para a criança e cuidadores em seu modo de introdução alimentar. Analisando quais os maiores benefícios para que haja um início da formação de bons hábitos alimentares e suas contribuições futuras.

2 | OBJETIVOS

2.1 Geral

Realizar um estudo dos métodos de introdução alimentar tradicional e Baby Led Weaning (BLW) a partir dos 6 meses de vida.

2.2 Específicos

1. Aprofundar as características dos métodos de IA (Tradicional e BLW);
2. Descrever os benefícios e desvantagens dos dois métodos.

3 | METODOLOGIA DA PESQUISA

Trata-se de uma revisão de literatura sobre os métodos de introdução alimentar a partir dos 6 meses de vida, com o intuito de identificar, selecionar e analisar as referências pertinentes ao assunto. A análise dos dados ocorreu por meio de leitura e exploração criteriosa dos artigos, tendo como foco a questão proposta, a fim de se tornar possível

levantamentos feitos dos dois métodos de introdução alimentar estudados no presente trabalho.

3.1 Tipo de pesquisa

Trata-se de uma pesquisa de revisão integrativa de literatura (RIL), descritiva com abordagem qualitativa, tendo como fonte a plataforma do Banco Virtual de Saúde (BVA), que agrega diversos sites relacionados à saúde humana, como o LILACs, Scielo, PUBMed, possibilitando uma pesquisa com relevância em trabalhos acadêmicos.

A RIL é composta de 6 etapas (MENDES, SILVEIRA; GALVÃO, 2008), as quais são: 1) identificação do tema e seleção da questão de pesquisa; 2) escolha de critérios para inclusão e exclusão de estudos/ amostragem ou busca na literatura; 3) definição das informações que serão extraídas dos estudos selecionados/ categorização dos estudos; 4) avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; 5) interpretação dos resultados; e 6) apresentação da revisão/síntese do conhecimento.

3.2 Período da pesquisa

A coleta de dados ocorreu durante os meses de agosto de 2019 até junho de 2020 quando serão feitas as coletas e seleção dos artigos científicos usados na revisão literária.

3.3 Amostra e descritores

Para consolidação do estudo foi realizada seleção de referências nas bases de dados eletrônicos: National Library of Medicine (MEDLINE), Scientific Electronic Library On Line (SCIELO), UNICEUB e Google Acadêmico e entre outros visando atender a recomendação da literatura de que se busquem diferentes fontes para o levantamento de publicações. Foram utilizados os termos 'Introdução alimentar, desmame liderado por bebê, Baby-led Weaning' e BLW, "Alimentação Complementar". Os artigos foram selecionados a partir das seis etapas da RIL.

3.4 Critérios de inclusão e exclusão

Foram incluídos os artigos acadêmicos completos, documentos que abordassem a temática introdução alimentar a partir dos 6 meses e introdução alimentar por BLW, publicados nos últimos oito anos, por meio da utilização de estudos não experimentais e experimentais para atender ao tema investigado. Foram excluídos os trabalhos publicados antes de 2012, escritos em outras línguas, incompletos, e que não atendessem ao critério de busca pelas palavras chave/descriptores. Abaixo segue o fluxograma do processo de seleção dos artigos:

3.5 Procedimento de coleta e análise dos dados

A pesquisa foi feita mediante consulta no banco de dados referenciado, a fim de

preencher as lacunas da pesquisa. Os dados foram analisados de acordo com a literatura consultada, buscando respostas à problemática da pesquisa científica. Os resultados e análise foram apresentados na forma de quadros e discussão teórica.

4 | RESULTADOS E DISCUSSÕES

Foram encontrados 82 artigos na plataforma BVS. Na primeira triagem foram excluídas 67 trabalhos por título, restando 15. Na segunda triagem foram excluídos 8 artigos por estarem duplicados, outros eram relatos e editoriais e não se aplicavam aos estudos. Foram localizados pelo menos 7 artigos com potencial de inclusão, depois que os demais foram retirados. Estes 7 artigos se mostraram adequados após a terceira triagem para a análise, os quais atenderam aos critérios de escolha e dos objetivos da pesquisa.

Em 2008 uma nova abordagem de introdução alimentar, foi criada pela enfermeira britânica Gill Rapley, ficou conhecida por Baby-Led Weaning (BLW), e consistia em dar mais autonomia ao bebê, que guiaria seu próprio desmame, a partir dos seis meses. A base dos alimentos seriam os mesmos consumidos pela família, mas servidos em bastões e tiras, permitindo que se alimente sozinho, com mais independência e intensa exploração sensorial. O método trouxe diferenças quanto ao método tradicional, que prioriza o uso de colher para servir papas e purês ao bebê, com gradual adaptação da textura dos alimentos (SBP, 2017; CAMERON; HEATH; TAYLOR, 2012)

Verifica-se que os dois métodos apresentam diferenças que demarcam suas características. O método Baby-Led Weaning (BLW) tem como característica promover a autoalimentação a partir dos seis meses, usando cortes longitudinais nos alimentos formando pedaços, tiras ou bastões, em frutas verduras e legumes, e permite com que a criança tenha maior autonomia em comer como e quando, e dessa forma poderá promover uma melhor saciedade da criança, quando não come de maneira forçada. Já o método tradicional tem como principal característica servir o alimento misturado, papas, purês e cremes, preparado pelos pais, os quais servem os alimentos aos filhos (parent-led), através de colheres específicas, onde a criança come de forma dirigida, sem liberdade de escolha.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda a introdução alimentar tradicional, baseada na ingestão de purês e papas, gradativamente elevando a consistência até os 12 meses de vida, visando considerar os movimentos mastigatórios e a habilidade de deglutição da criança (MONTE; GIUGLIANI, 2004). No entanto, o método introduzido pela enfermeira britânica Gill Rapley (BLW) já está sendo considerado como um caminho alternativo ao método tradicional, pois também facilita o processo de desmame a partir dos seis meses, quando a criança passa a consumir os mesmos alimentos da própria família, contudo em pedaços pequenos.

Os benefícios do método BLW, segundo Gomez et al (2019) são: maior autonomia da criança, saciedade do bebê, uma alternativa para a alimentação complementar e adequação

do ganho de peso, maior consumo de frutas e legumes, melhoria no desenvolvimento de habilidades motoras e ainda um impacto positivo no comportamento dos pais. Entre suas desvantagens podem ser apontados pelos mesmos autores um maior risco de engasgo e sufocação, e a ingestão menor de micronutrientes, mas sem muitas diferenças estatísticas.

Já os benefícios da Alimentação Tradicional, podem ser destacados: adaptação da textura alimentícia de forma gradual, boa ingestão de vitaminas e minerais, menos casos de engasgos. Entre suas desvantagens está a tendência a ganho de sobrepeso, preferência por doces na hora de alimentar-se e redução do tempo de aleitamento materno exclusivo (GOMEZ et al 2019).

Não foi conclusivo que existem diferenças de ingestão nutricional significativas entre os métodos BLW e Alimentação tradicional (FANGRUPO, et al 2016; ERICKSON et al 2018). O estudo de Utami et al (2019) verificou que não há evidências que o método BLW tenha relação com episódios de engasgo ou risco de asfixia ao ser comparado ao método de alimentação tradicional. Segundo Scarpato e Forte (2018) a abordagem tradicional tem relevante impacto na quantidade e nos tipos de nutrientes ofertados para o bebê.

De acordo com Silva, Venâncio e Marchioni (2010) a introdução de alimentos na dieta da criança deve considerar a possibilidade de ocorrer déficit nutricional e enfermidades quando não é feita de maneira adequada. Além de que geralmente está relacionada a biológicos, culturais, sociais e econômicos, os quais podem interferir no estado nutricional dos bebês. Sob esse ponto de vista é recomendado que introdução alimentar tradicional permite um melhor benefício, uma vez que os pais controlam a ingestão de nutrientes da criança.

No primeiro artigo Arantes et al, (2018) estudaram o método baby-led weaning (BLW) dentro do contexto da alimentação complementar em estudos originais feitos nas fontes MEDLINE/PubMed no idioma inglês. Dos 97 trabalhos encontrados, 13 foram selecionados para a síntese descritiva. Verificou-se que os bebês estudados no método BLW, ao ser comparados a bebês do grupo da alimentação tradicional, mostraram menor propensão ao excesso de peso, foram menos exigentes quanto aos alimentos e mais dóceis e propensos aos alimentos consumidos pela família. Os casos de engasgo não tiveram muita diferença entre os dois grupos. Em relação às mães que adotaram a implementação alimentar via BLW, elas mostraram ter mais escolaridade, geralmente tinham cargo gerencial no trabalho e demonstraram maior probabilidade de amamentar até o sexto mês. Apesar de haver citação de bagunça nas refeições, desperdício de comida e casos de engasgo/asfixia, a maioria das mães recomendou o método BLW. Já os profissionais da saúde mostraram receio ao recomendá-lo. Os autores consideraram que ainda existem poucos estudos para aprofundar melhor o conhecimento sobre o método.

Cameron, Heath e Taylor (2013) identificaram que os poucos pais que decidem pelo método BLW, o seguem de forma estrita. A maneira como o BLW é desenvolvida pode associá-lo a potenciais benefícios e riscos. Nesse processo tem destaque o trabalho

desenvolvido por profissionais de saúde e pesquisadores, que são os verdadeiros responsáveis por determinar de maneira apropriada os possíveis impactos da adesão ao BLW. É fundamental o acompanhamento e consulta a estes profissionais.

Brown, Jones e Rowan (2017) buscaram evidências sobre comportamentos associados à BLW e entenderam que é necessário haver mais pesquisas sobre este tema, a fim de se explorar de maneira mais segura e compreender melhor a abordagem BLW em diferentes contextos.

No segundo artigo Camasmie (2018) considera que a introdução alimentar tradicional, preconizada pela Sociedade Brasileira de Pediatria, recomenda que a partir dos 6 meses o uso de colheres durante a alimentação, com consistência pastosa, papas ou purês, para somente depois ir evoluindo até se chegar à mesma alimentação da família. O método BLW defende a alimentação complementar a partir dos 6 meses com sólidos, mas com adaptações com os cortes em forma de palitos ou bastões, o que ajuda o bebê a se alimentar sozinho usando apenas as mãos. A alimentação tradicional permite com que o bebê seja alimentado de maneira mais passiva, recebendo o alimento em colheradas. No método BLW o bebê tem mais liberdade de escolher como, quanto e quando comer, desenvolvendo uma maneira mais ativa e responsiva, sem que o cuidador tenha um papel interferente direto, sendo melhor aproveitada a fase de curiosidade e exploração oral do bebê. Existem vantagens e desvantagens em ambos métodos e seus aspectos positivos devem ser considerados para o benefício da criança. No entanto, são necessários mais estudos randomizados controlados que ajudem a aprofundar mais a temática da introdução alimentar e alimentação complementar.

Mas segundo Brown e Lee (2011^a), bebês que foram submetidos ao método BLW mostraram-se significativamente saciados e autônomos ($p < 0,01$), ao serem comparados a bebês alimentados pelo método tradicional.

Um estudo transversal feito pelos mesmos autores em uma amostra de 702 díades mãe-bebê, demonstrou que as mães que adotaram o BLW tinham pouco trabalho de orientar seus filhos na hora da alimentação, não se preocupavam tanto com o peso, e também não tinham interferência direta na quantidade que o bebê consumia, e observavam que havia uma considerável (auto) regulação do apetite e da saciedade da criança (BROWN; LEE (2011b) Esses resultados indicam que o método BLW pode ser adotado como padrão de alimentação complementar, para promover o autoconhecimento da saciedade e do apetite comportamental saudável do bebê no presente e possivelmente no futuro.

No terceiro artigo Sandoval e Almeida (2018) buscaram analisar o método BLW como estratégia de alimentação complementar e se está em sintonia com as expectativas do Ministério da Saúde. Utilizaram-se artigos científicos, revistas estrangeiras, livros, documentos oficiais e órgãos do governo, no período de 2008 a 2018, nos idiomas português e inglês, reunindo 17 artigos que abordavam as vantagens do método e comparações com a metodologia convencional. Mesmo apresentando boas vantagens, o método BLW não se

aplica a quaisquer crianças, pois o tempo de evolução física do bebê necessária para se usar o método BLW varia entre 4 e 7 meses, e pode, se não bem aplicado, causar sérios problemas de saúde, entre os quais a desnutrição energético-proteica, déficit de altura e de minerais. Pode haver um meio-termo, onde os dois métodos, tradicional e BLW, podem ser alternados, sendo o convencional apropriado para as principais refeições e o BLW para as refeições secundárias, de modo a familiarizar e estimular o bebê a esse tipo de consumo alimentar. Os autores sugerem que haja mais estudos longitudinais de modo a conhecer melhor a eficácia da metodologia BLW na alimentação da criança com menores riscos.

A Sociedade Brasileira de Pediatria e o Ministério da Saúde indicam e incentivam a alimentação em família de forma harmoniosa, de modo a se obter hábitos saudáveis. É também importante observar os sinais de saciedade do bebê para não o sobrecarregar de comida desnecessariamente, o que acarretaria problemas como obesidade (SBP, 2012; BRASIL, 2013)

Apesar de muitas pesquisas científicas e livros em mais de 15 idiomas terem revisitado o tema BLW, e seus benefícios divulgados sobre, ainda se percebe que muitos profissionais de saúde não são enfáticos em recomendar a prática desse novo método, visto que sente a necessidade de haver mais estudos de alto rigor científico que possam responder a certos questionamentos ainda feitos (CAMERON; HEATH; TAYLOR, 2012).

No quarto artigo Scarpatto e Forte (2018) acreditam que a introdução alimentar ocorre de maneira gradual, respeitando a individualidade tanto da família quanto do bebê. Os autores compararam o método tradicional (papas e purês) e o método de BLW (pedaços de alimentos em forma de bastões) no qual o bebê se alimenta sozinho, com mais autonomia. A pesquisa apontou que o método BLW se mostrou uma importante alternativa de introdução alimentar infantil. No entanto, alertam para o fato de que os pais, independentemente do método usado para iniciar a alimentação do bebê, devem ter o acompanhamento de um profissional de saúde qualificado para esse fim, pediatra e/ou nutricionista a fim de que sejam garantidas as necessidades nutricionais que o bebê precisa desta fase.

Entre os principais riscos apontados no método BLW estão os que podem comprometer a saúde da criança, como o risco de engasgo, o possível baixo consumo de energia e micronutrientes, entre os quais o ferro, necessário ao desenvolvimento da criança como um mineral importante (SBP, 2017; DANIELS et al, 2015).

Entre os benefícios do método BLW estão a prevenção da obesidade, já que a criança come até se saciar de forma autorregulada, há maior consumo de frutas e legumes, a criança desenvolve habilidades motoras e ocorrem efeitos positivos no comportamento dos pais. A criança participa de forma estimulada nas refeições em família, de forma mais livre para se alimentar quanto ao tempo e quantidade do alimento ingerido. A criança ainda interage com os alimentos, estimulando aspectos sensoriais, a partir das diferentes texturas oferecidas na forma de bastões e tirinhas, o que também ajuda a promover uma melhor relação com a comida (RAPLEY; MURKETT, 2017).

No quinto artigo, conforme Rodrigues (2018), a alimentação complementar é fundamental para o desenvolvimento da criança e contribui para a diminuição do risco de doenças em idade adulta. Por isso o autor buscou expor as vantagens e desvantagens do método BLW e a opinião dos profissionais de saúde e dos pais sobre seu uso. Sobre esse método diversos estudos relatam efeitos a curto prazo, poucos abordam benefícios a longo prazo. Muitos profissionais de saúde se mostram reticentes em recomendar o método devido a riscos de engasgo e asfixia. Porém, em quanto perspectiva futura, seria importante estudar e acompanhar a evolução de um grupo de bebês que usaram esse método complementar, a fim de determinar benefícios alimentares, educacionais/comportamentais e físicos que podem se manifestar na infância, adolescência e idade adulta.

Conforme Dias, Freire e Franceschini (2010), é fundamental suprir os prejuízos do aleitamento artificial e da introdução alimentar precoce e/ou inadequada para complementar a alimentação dos bebês menos de 2 anos. É necessário haver mais discussão e divulgação da importância do aleitamento materno e de práticas de introdução alimentar adequadas. Wright et al (2010) consideram o BLW possível para a maioria dos bebês, mas ele pode também causar problemas nutricionais para bebês que se encontram com um desenvolvimento relativamente atrasado. Uma abordagem mediana poderia ser o uso parcial do método BLW, até que ocorra um efetivo hábito alimentar.

No sexto artigo Gomez et al (2019) analisaram trabalhos consultaram as bases de dados MEDLINE, LILACS, PubMed e a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). A pesquisa encontrou 106 artigos, dos quais 17 foram incluídos no critério de seleção. Associou-se significativamente o método Baby-Led Weaning à saciedade do bebê, ao início da alimentação complementar e à adequação de ganho de peso. O aspecto negativo do método foi associado a engasgo e a ingestão de micronutrientes, mas sem diferenças estatísticas relevantes. Os autores concluíram que mesmo havendo benefícios, os riscos ainda devem receber atenção especial de pesquisas longitudinais controladas e randomizadas, a fim de garantir maior segurança a esse tipo de prática de maneira exclusiva.

Entre os estudos que trataram da ingestão de macro e micronutrientes no método BLW buscando avaliar a ingestão adequada de ferro e energia está o de Cameron et al. (2013) destacaram que ocorre um déficit de ferro na ingestão de praticantes específicos do método BLW quando iniciam a introdução alimentar, em comparação aos bebês que não eram submetidos rigorosamente o método ou que eram alimentados de forma tradicional. Nos estudos ficou claro que os pais que adotam o BLW priorizam a amamentação até os seis meses, e ficam no aguardo do bebê ficar pronto para a alimentação, e com isso correm o risco de oferecer déficit de consumo enriquecido em ferro nos alimentos.

Townsend e Pitchford (2012) observaram que ocorreu um aumento relevante de ingestão de carboidratos entre bebês que estavam seguindo o BLW, em detrimento aos que seguiam o método auxiliado pela colher. Os bebês no BLW preferiam comer cereais da base da pirâmide alimentar, possivelmente ajudados pela facilidade de mastigação pelo

fato de os dentes estarem nascendo. Porém, o grupo de alimentação tradicional preferiu comer doces, o que demonstra ser o método BLW adequado a uma alimentação mais saudável.

No sétimo artigo Souza et al (2019) realizaram estudo da literatura científica sobre o método BLW como alimentação complementar em bases científicas de trabalhos publicados, no período entre 2014 a 2019, abrangendo estudos originais, em inglês. Verificou-se nos estudos que nos 28 artigos selecionados o método BLW é uma alternativa de alimentação complementar muito recente, e mesmo havendo ainda algumas lacunas não exploradas pela literatura científica, estudos feitos sugerem que a abordagem BLW pode ser uma via segura e complementar à tradicional estratégia de introdução alimentar.

Townsend e Pitchford (2012) verificaram que a maneira como é feito o desmame pode influenciar nas preferências dos alimentos e na saúde do bebê. Crianças que usam o método BLW regulam ativamente a ingestão de alimentos, estabilizando melhor ao IMC adequado e se mostram propensos a consumir alimentos mais saudáveis. Esse tipo de comportamento auxiliado pelo método BLW causa impactos positivos no combate à obesidade infantil.

Rapley (2016) buscou evidências científicas para sustentar a importância dos purês como primeira textura da alimentação complementar e constatou que não é nada insubstituível e pode até ser prejudicial ao bebê, o que remete a uma necessária reavaliação sobre seu uso rotineiro na alimentação de crianças a partir dos 6 meses.

Outro trabalho de Rapley (2016) buscou encontrar evidências favoráveis e contrárias à alimentação tradicional para bebês de 6 meses e mais velhos e concluiu ser necessário haver mais pesquisas sobre esse tema, a fim de repensar a alimentação infantil, haja vista que existem complexas questões culturais e sociais que permeiam a prática alimentar de bebês com colheres.

5 | CONCLUSÃO

O método BLW em si, é uma alternativa de alimentação complementar, que deve ser adotada com cuidado por ainda existirem lacunas não exploradas pela literatura científica. Porém, o desmame deve ser feito de forma gradual, assegurando as necessidades energéticas e proteicas da criança, mas também deve ocorrer uma adaptação gradual de independência, bem como o controle de saciedade, evitando a obesidade infantil. Tanto a alimentação tradicional quando a BLW tem suas limitações e vantagens, e devem ser melhor exploradas e alternadas de modo a se garantir menos riscos, melhor saciedade e independência do bebê, assim como a supressão das necessidades básicas nutricionais, asseguradas pela alimentação tradicional.

REFERÊNCIAS

ARANTES, ANA LETICIA ANDRIES e et al. Método Baby-Led Weaning (blw) no contexto da Alimentação Complementar: uma revisão. **Rev. paul. pediatr.** São Paulo, v. 36, n. 3, p. 353- 363, Sept. 2018.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Dez Passos para uma Alimentação Saudável. Guia alimentar para crianças menores de 2 anos.** Um guia para o profissional da saúde na atenção básica. Ministério da Saúde/OPAS. Brasília. 2019.

CAMASMIE, LAURA ESCOBAR MAIA. Introdução alimentar: comparação entre o método tradicional e o baby-led weaning (BLW). **Anais...** 18º Congresso Nacional de Iniciação Científica. Pesquisa Financiada pela Vice-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa da UNIP, no Programa “Iniciação Científica”. São José dos Campos – SP, 2018.

CAMERON, S.L.; TAYLOR, R.W.; HEATH, A.L. Parent-led or baby-led? Associations between complementary feeding practices and health-related behaviours in a survey of New Zealand families. **BMJ Open.** 2013

GOMES, Marisa Monteiro; REBELO, Susana Patricia Leal. Aleitamento materno e a prevenção da doença alérgica: uma revisão baseada na evidência. **Rev Port Med Geral Fam,** Lisboa, v. 35, n. 3, p. 203-209, jun. 2019.

SANDOVAL, L.P; ALMEIDA.S.G. **O método baby-led weaning como estratégia para alimentação complementar.** 2018. 14 Trabalho de conclusão de curso (Graduação em Nutrição) Centro Universitário de Brasília – UNICEUB faculdade de ciências da educação e saúde curso de nutrição 2018.

SCARPATTO, C.; FORTE, G. Introdução alimentar convencional versus introdução alimentar com baby-led weaning (BLW): revisão da literatura. **Clinical & Biomedical Research.** Porto Alegre. v.38, n.3. 2018

SOUZA, A.M. A et al. Método Baby Led Weaning (BLW): O que a abordagem apresenta de novo? **Rev Med.** Minas Gerais. 2019

RODRIGUES, G.S. **Baby-Led Weaning - um método alternativo à introdução da alimentação complementar.** 2018. Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em medicina (dissertação de mestrado) Universidade da Beira Interior 2018

ÍNDICE REMISSIVO

A

Alimentação escolar 1, 2, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 117, 118, 123, 234

Amamentação 155, 156, 157, 159, 160, 163, 164, 165, 167, 174, 178, 203, 204, 205, 208, 209, 210, 211, 212, 213

Antioxidante 36, 41, 42, 58, 59, 64, 65, 91

Apresentação contemporânea 27

Aproveitamento 82, 83, 85, 86, 87, 89, 90, 91, 92, 93, 96

Arrozes especiais 27, 28, 29, 32

Atletas 124, 126, 127, 128, 129, 130

B

Banco de leite humano 155, 156, 157, 158, 159, 160, 162, 163, 164, 165, 196

Biofortificação 1, 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15

Biscoito funcional 58

Blogueiras 16, 17, 18, 26

C

Cardápios 2, 9, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 86, 108, 127, 133, 136

Composição nutricional 16, 17, 18, 19, 25, 26, 96, 135, 136, 140

Controle de custos 97, 99, 109

Criação gastronômica 27

Cuidado pré-natal 143

Custo 4, 8, 54, 56, 59, 90, 97, 99, 100, 104, 105, 106, 107, 108, 109

D

Deficiências nutricionais 1, 5, 12, 25, 122, 133, 139, 215

Desperdício de alimentos 82, 83, 84, 94, 107, 112, 114

Dietas 16, 17, 18, 25, 26, 126, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 194, 195, 201

Doenças crônicas 26, 43, 54, 55, 56, 122, 178, 180, 220, 231

E

Esclerose lateral 34, 35, 36, 37, 38, 40, 41, 42

Esporte 124, 129, 130, 131

G

Gestantes 142, 143, 144, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 158, 159, 194, 195, 196, 197, 198, 199, 200, 201

Gestão 15, 88, 93, 95, 97, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 147, 151, 158

H

Hábitos alimentares 6, 12, 16, 38, 48, 56, 98, 116, 117, 118, 122, 123, 126, 131, 167, 168, 195, 199, 201, 230, 231

I

Insegurança alimentar 1, 4, 142, 143, 144, 145, 148, 149, 150, 151, 152, 153

M

Metformina 67

Método BLW 166, 168, 170, 171, 172, 173, 174, 175

Mio-inositol 67

Moda 25, 26, 30, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141

Mulheres 5, 17, 18, 20, 23, 24, 138, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 164, 192, 195, 196, 198, 213

N

Neurônio motor 34, 36, 42

Nutrição 1, 8, 10, 12, 25, 26, 30, 34, 35, 36, 38, 40, 41, 56, 57, 82, 86, 88, 93, 94, 96, 98, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 116, 117, 118, 122, 123, 124, 125, 126, 127, 129, 130, 131, 136, 139, 140, 141, 155, 157, 158, 160, 161, 164, 165, 176, 177, 179, 180, 181, 182, 183, 184, 185, 186, 187, 188, 189, 190, 191, 192, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 199, 200, 201, 204, 212, 213, 214, 215, 224, 226, 227, 228, 230, 232, 234, 235

Nutrição infantil 1, 10, 12, 164, 212

O

Obesidade 17, 54, 93, 111, 113, 128, 132, 133, 134, 135, 139, 140, 141, 143, 148, 157, 165, 166, 173, 175, 177, 178, 180, 181, 187, 188, 189, 190, 227, 228, 229, 230, 231, 232, 233, 234

P

Perda de peso 17, 18, 35, 37, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 196

Produto regional 27

Q

Questionário online 43

R

Resíduos de vegetais 83

Resíduos industriais 58

Resíduos sólidos 83, 84, 88, 89, 94, 95, 107, 109, 110, 113, 114

Rotulagem 43, 45, 47, 48, 49, 52, 56, 57, 106

S

Sabor 29, 43, 49, 50, 51, 61, 62, 65, 121, 195, 198, 199

Segurança alimentar e nutricional 1, 2, 3, 12, 13, 118, 123, 143, 144, 152, 231

Serviços de alimentação 82, 83, 84, 89, 92, 97, 98, 100, 111, 112, 113, 114, 127, 158, 196

Síndrome do ovário policístico 67

Sobrepeso 26, 38, 54, 132, 133, 134, 146, 148, 171, 179, 187, 188, 189, 190, 203, 231

U

Ultraprocessados 43, 45, 46, 47, 49, 50, 54, 55, 56, 57, 116, 117, 119, 120, 121, 122, 179, 180

Uva 58, 59, 60, 63, 64, 65

Nutrição sob a Ótica Teórica e Prática 2

www.atenaeditora.com.br 

contato@atenaeditora.com.br 

[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora) 

www.facebook.com/atenaeditora.com.br 

Nutrição sob a Ótica Teórica e Prática 2

www.atenaeditora.com.br 

contato@atenaeditora.com.br 

[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora) 

www.facebook.com/atenaeditora.com.br 