

La última tendencia en alimentación infantil: el baby led weaning

Baby led weaning, o en español destete dirigido por el bebé, es un método de introducción a los alimentos sólidos al mismo tiempo que el bebé es aún lactante. De esta forma se complementa la leche materna con alimentos que el propio bebé manipula con sus manos y se los lleva a la boca

Tradicionalmente, el paso de la lactancia a la alimentación de comida sólida se ha realizado mediante una fase intermedia, la de los purés. Sin embargo, la metodología baby led weaning le confiere un mayor protagonismo al bebé ya que aunque son los padres quienes le ofrecen un alimento concreto, es él mismo quien decide qué comer, cuánto y a qué ritmo.

La emergencia de este método se atribuye a los importantes beneficios que supone dotar al lactante de un mayor protagonismo en su propia alimentación; principalmente en lo concerniente a la adquisición de mayores capacidades motoras, altos niveles de autonomía y su integración en las comidas familiares.

Para las pediatras Espín Jaime y Martínez Rubio las principales ventajas del Baby led Weaning se relacionan con:

- Hábitos de alimentación saludables
- Fomento del desarrollo psicomotor del niño
- Mejor transición a la alimentación sólida
- Prevención a la obesidad

La alimentación infantil, en general, es un tema que suscita especial interés y alarma debido a las importantes implicaciones que puede tener en el futuro desarrollo del niño. A esta preocupación consustancial a la paternidad, se suman una serie de fenómenos asociados a la sociedad actual como el sedentarismo, la comida procesada o el problema de la obesidad infantil, los cuales hacen que la preocupación de los padres sea mayor y busquen diferentes métodos.

Una de las opciones más populares es la de recurrir a un profesional nutricionista. En el Curso de Nutrición Infantil, impartido por Euroinnova Business School, se forma en el desarrollo de planes alimenticios con el objetivo de lograr un desarrollo físico-cognitivo adecuado del niño, además de ofrecer información específica en diética y nutrición a padres y familiares. Respecto al trabajo con menores Euroinnova cuenta con el Curso de Puericultura y todo lo relacionado con la higiene, alimentación o anatomía patológica.

Otro aspecto importante en la vida del niño es el ocio y su correcto uso, Euroinnova cuenta con el

Curso de Monitor de Tiempo Libre Online y una amplia gama de Cursos Universidad Camilo José Cela.

Datos de contacto:

Sara Ávila

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nutrición](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>