

Hábitos y creencias en la preparación de alimentación complementaria de lactantes un estudio de revisión de literatura

Habits and beliefs in the preparation of complementary feeding for infants.
A review study

Hábitos e crenças na preparação da alimentação complementar de bebês:
um estudo de revisão da literatura

Benavides Anchatuña, Leila Alejandra ¹
Universidad Técnica de Ambato
ibenavides9444@uta.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0003-1079-1777>



Guevara Villacis, Mishelts Vanessa ²
Universidad Técnica de Ambato
mv.guevara@uta.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0001-6620-8689>



 DOI / URL: <https://doi.org/10.55813/gaea/ccri/v4/n2/275>

Como citar:

Benavides Anchatuña, L. A. y Guevara Villacis, M. V. (2023). *Hábitos y creencias en la preparación de alimentación complementaria de lactantes un estudio de revisión de literatura*, 4(2), 1135-1165.

Recibido: 26/11/2023

Aceptado: 28/12/2023

Publicado: 31/12/2023

¹ Estudiante de la universidad técnica de Ambato carrera de nutrición y dietética, trabajo de titulación.

² Magister en docencia universitaria, Docente de la Universidad Técnica de Ambato, carrera de nutrición y dietética, Nutricionista Distrital de la Dirección Distrital 18D02 Salud-Ambato

Resumen

La alimentación complementaria se introduce al llegar a los seis meses de edad, esto porque las necesidades energéticas del lactante aumentan y la leche materna no cubre dicho requerimiento energético. Por lo que es necesario la introducción de alimentos según la edad. Identificar las prácticas óptimas y potenciar áreas de mejorar la alimentación complementarias en los lactantes, a través de esta investigación esperamos contribuir a la promoción de las prácticas de alimentación saludable y seguras para los lactantes. Se realizó una revisión bibliográfica de la literatura de los últimos cinco años en español, inglés y portugués, usando bases de datos científicos como sCielo, Redalyc, Scholar, Elsevier; tomando como criterios de inclusión artículos originales, revisión bibliográfica, revisión sistémica y estudios observacionales. La alimentación complementaria a partir de los seis meses de edad, permite un correcto desarrollo físico y neurológico. El destete precoz puede ser un problema para la nutrición infantil, ya que esto puede desencadenar la desnutrición y la anemia en los infantes, la lactancia materna y la alimentación complementaria adecuada, son cruciales para prevenir la desnutrición infantil, existen varios métodos que promueve la autonomía de los niños/as y estimula su desarrollo psicomotor, fomentando un buen manejo de hábitos saludables.

Palabras claves: Hábitos, Alimentación complementaria, Lactante, Creencias, Preparaciones.

Abstract

Complementary feeding is introduced at six months of age, because the infant's energy needs increase and breast milk does not cover this energy requirement. Therefore, it is necessary to introduce foods according to age. To identify best practices and enhance areas to improve complementary feeding in infants, through this research we hope to contribute to the promotion of healthy and safe feeding practices for infants. A bibliographic review of the literature of the last five years in Spanish, English and Portuguese was carried out, using scientific databases such as sCielo, Redalyc, Scholar, Elsevier; taking as inclusion criteria original articles, bibliographic review, systemic review and observational studies. Complementary feeding from six months of age allows a correct physical and neurological development. Early weaning can be a problem for child nutrition, since this can trigger malnutrition and anemia in infants, breastfeeding and adequate complementary feeding are crucial to prevent child malnutrition, there are several methods that promote the autonomy of children and stimulates their psychomotor development, promoting a good management of healthy habits.

Keywords: Habits, Complementary Feeding, Infant, Beliefs, Preparations.

Resumo

A alimentação complementar é introduzida aos seis meses de idade, porque as necessidades energéticas do bebê aumentam e o leite materno não cobre essa necessidade energética. Portanto, é necessário introduzir alimentos de acordo com a idade. Para identificar as melhores práticas e aprimorar as áreas para melhorar a alimentação complementar em bebês, esperamos, com esta pesquisa, contribuir para a promoção de práticas alimentares saudáveis e seguras para bebês. Realizamos uma revisão da literatura dos últimos cinco anos em espanhol, inglês e português, usando bancos de dados científicos como sCielo, Redalyc, Scholar, Elsevier; tomando como critérios de inclusão artigos originais, revisão da literatura, revisão sistêmica e estudos observacionais. A alimentação complementar a partir dos seis meses de idade permite o desenvolvimento físico e neurológico adequado. O desmame precoce pode ser um problema

para a nutrição infantil, pois pode desencadear desnutrição e anemia nos bebês; o aleitamento materno e a alimentação complementar adequada são fundamentais para prevenir a desnutrição infantil; existem vários métodos que promovem a autonomia das crianças e estimulam seu desenvolvimento psicomotor, incentivando um bom manejo de hábitos saudáveis.

Palavras-chave: Hábitos, Alimentação complementar, Bebês, Crenças, Preparações.

Introducción

En los últimos años, la alimentación complementaria ha logrado tener un gran impacto en el campo de la nutrición y sobre todo en la salud infantil, este proceso involucra la introducción de alimentos sólidos y líquidos además de la leche materna, se inicia cuando el lactante alcanza los seis meses de edad, esta etapa es decisiva para un crecimiento y desarrollo de los lactantes, sin embargo existen hábitos y creencias en torno a la preparación de los alimentos (Fernández-Vegue, 2018), esto puede influir significativamente entre las diferentes comunidades y sobre todo las diversas culturas existentes en el mundo, este estudio de revisión de literatura busca examinar y entender estas variaciones, esta investigación es una revisión de los hábitos y creencias en la alimentación complementaria en los lactantes. Se busca identificar las practicas optimas e impulsar aspectos que aporten a mejorar la alimentación complementarias en los lactantes, a través de esta investigación esperamos contribuir a la promoción de las prácticas de alimentación saludable y seguras para los lactantes, esto se realizara a partir de la búsqueda sistemática del tema en las bases: Pub Med, SciELO, Dialnet y DOAJ Google Scholar y en organismos internacionales como: Organización Mundial de la Salud (OMS), la Organización Panamericana de la Salud (OPS); y el Ministerio de Salud Pública del Ecuador (MSP) como ente rector del sistema de salud en el Ecuador.

La transición de la lactancia materna o fórmula a la alimentación complementaria marca un hito significativo en el desarrollo de los lactantes. La manera en que se aborda esta fase crucial está intrínsecamente ligada a una amalgama de hábitos, arraigados en la cultura, la

tradición familiar y las preferencias individuales (OPS/OMS Organización Panamericana de la Salud, s.f.).

Esta investigación explora la diversidad de prácticas en la preparación de alimentos complementarios, destacando la riqueza cultural y la importancia de reconocer y respetar las mismas en el contexto de la nutrición infantil. Así mismo, examina la importancia de la elección consciente de alimentos para lactantes, destacando la diversidad y la calidad nutricional como elementos clave en esta travesía inicial hacia una dieta más variada

Alimentación complementaria precoz o temprana: La introducción de alimentos de manera precoz es cuando se ofrecen los alimentos entre los 4 a 6 meses de edad, no se han hallado beneficios dentro de esta pues las infecciones están presentes en los lactantes. Existen riesgos asociados a corto y largo plazo en los que podemos encontrar:

A corto plazo: atragantamiento, gastroenteritis e infecciones del tracto respiratorio superior, interferencia con la biodisponibilidad de hierro y zinc proveniente de la leche materna, bajo peso por la sustitución de alimentos a la leche materna. (Vázquez-Frias et al., 2023).

A largo plazo: riesgo de obesidad, mayor riesgo de diabetes mellitus tipo 1, mayor tasa de destete precoz, baja talla (Vázquez-Frias et al., 2023).

Alimentación complementaria tardía: La introducción de los alimentos empieza más allá de las 26 semanas de edad, por lo general se da cuando los lactantes no muestran un interés por los alimentos y el cuidador no pone en práctica la alimentación complementaria (Alfaro et al., 2022).

Existen riesgos en la introducción tardía de alimentos los cuales son: Carencias nutricionales de hierro y zinc, aumento en el riesgo de alergias e intolerancias alimentarias, no acepta la nueva textura y sabores, retraso en las habilidades psicomotoras y orales (Romero-Velarde et al., 2022).

Tabla 1*Requerimientos de energía según edad y sexo*

| Requerimientos de energía según edad y sexo | | | | |
|---|---------|-----------|---------|-----------|
| Edad | Varones | | Hembras | |
| Meses | Kcal/d | Kcal/kg/d | Kcal/d | Kcal/kg/d |
| 6 - 7 | 653 | 79 | 604 | 78 |
| 7 - 8 | 680 | 779 | 629 | 78 |
| 8 - 9 | 702 | 79 | 652 | 78 |
| 9 - 10 | 731 | 80 | 676 | 79 |
| 10 - 11 | 752 | 80 | 694 | 79 |
| 11 - 12 | 775 | 81 | 712 | 79 |
| Años | Varones | | Hembras | |
| 1 - 2 | 948 | 82,4 | 865 | 80,1 |
| 2 - 3 | 1129 | 83,6 | 1047 | 80,6 |

Nota: Extraído de WHO-FAO-UNU (2001)

La fase de introducción de alimentos para lactantes representa un momento crucial en su desarrollo nutricional. Los alimentos seleccionados durante esta etapa desempeñan un papel fundamental en el crecimiento y la salud a largo plazo. Es un factor crucial para el desarrollo físico, cognitivo y emocional de los lactantes (Aguilar Liendo et al., 2020).

Prácticas y creencias culturales en la alimentación complementaria

Cultura y Tradición: La preparación de alimentos complementarios refleja la riqueza de la diversidad cultural en el mundo, cada comunidad tiene sus propios rituales, costumbres y preferencias en cuanto a la introducción de alimentos sólidos (Otálvaro et al., 2022). Desde la elección de ingredientes hasta los métodos de cocción, la cultura desempeña un papel fundamental en la creación de hábitos alimentarios que definen la identidad de una comunidad.

La alimentación de lactantes va más allá de la mera combinación de ingredientes; está enmarcada en creencias arraigadas en la sabiduría cultural y familiar; la misma que, no solo refleja las prácticas tradicionales, sino que también influyen significativamente en la salud y el bienestar de los más pequeños (Andina-Díaz et al., 2021).

Sabiduría Ancestral: Las creencias transmitidas de generación en generación forman la columna vertebral de la preparación de alimentos para lactantes. La sabiduría ancestral guía

la elección de ingredientes, los métodos de preparación y la percepción de lo que constituye una dieta saludable para el bebé. En muchas culturas, esta sabiduría es tan vital como los consejos modernos de salud (Otálvaro et al., 2022).

Influencia de las Creencias en la Elección de Alimentos: Las creencias culturales y familiares a menudo influyen en la elección específica de alimentos para los lactantes. Algunas creencias asignan propiedades específicas a ciertos alimentos, considerándolos beneficiosos para el desarrollo físico y cognitivo del bebé. Esta conexión entre la creencia y la elección de alimentos refleja la importancia de una alimentación consciente y cargada de significado (Otálvaro et al., 2022).

Símbolos y Rituales Alimentarios: La preparación de alimentos para lactantes también puede estar impregnada de simbolismo y rituales. Algunas familias asignan un significado cultural o espiritual a ciertos alimentos, marcando su introducción en la dieta del bebé con ceremonias o prácticas específicas. Estos rituales no solo fortalecen los lazos familiares, sino que también establecen una conexión emocional con la alimentación (Asociación Latinoamericana de Antropología, 2022).

Supersticiones Alimentarias: En algunos casos, las creencias pueden dar lugar a supersticiones relacionadas con la alimentación de los lactantes. Algunas culturas pueden tener tabúes o prácticas específicas relacionadas con ciertos alimentos, basándose en creencias sobre su impacto en la salud o el desarrollo del bebé. Estas supersticiones, aunque pueden carecer de fundamento científico, influyen en las decisiones alimentarias de las familias (Romero-Velarde et al., 2022).

Introducción Gradual y Texturas Diversas

Uno de los hábitos más comunes es la introducción gradual de alimentos sólidos. Muchas culturas comienzan con purés suaves y luego avanzan hacia texturas más complejas, permitiendo que los lactantes se adapten a nuevos sabores y consistencias de manera gradual.

Esta práctica no solo se ajusta al desarrollo fisiológico del bebé, sino que también se alinea con la sabiduría acumulada a lo largo de generaciones (Romero-Velarde et al., 2022).

Énfasis en la Frescura y Nutrición: En el uso de ingredientes frescos y naturales es un denominador común en la preparación de alimentos complementarios. Las familias a menudo priorizan frutas, verduras y cereales frescos, evitando alimentos procesados. Este hábito no solo contribuye a una alimentación más saludable, sino que también transmite la importancia de la calidad nutricional desde los primeros meses de vida (FAO, 2019).

Incorporación de Sabores Locales: La inclusión de sabores locales y tradicionales en la dieta de los lactantes es otra práctica arraigada en la cultura. Al introducir alimentos autóctonos, se preserva la herencia culinaria y se proporciona al bebé una conexión temprana con la identidad alimentaria de su comunidad (Triviño et al., 2020).

Desafíos y Consideraciones Nutricionales: Aunque la diversidad cultural en la preparación de alimentos complementarios es enriquecedora, también presenta desafíos en términos de garantizar una nutrición adecuada. Es fundamental equilibrar las prácticas tradicionales con las recomendaciones nutricionales basadas en evidencia científica para garantizar que los lactantes reciban los nutrientes esenciales para un desarrollo saludable (González-Castell et al., 2020).

La Transición Nutricional: El paso de la leche materna o la fórmula a los alimentos sólidos es una transición significativa para los lactantes. Este cambio no solo implica satisfacer las necesidades nutricionales en constante evolución sino también introducir sabores, texturas y nutrientes que contribuirán al desarrollo integral del bebé (Morales López et al., 2022).

En esta etapa, los bebés dependen completamente de la leche materna o de fórmulas infantiles para obtener los nutrientes esenciales que les permitirán crecer de manera óptima (Oliveira et al., 2022a).

A medida que los lactantes crecen, se produce la transición gradual de la leche a la alimentación sólida. Este proceso debe ser gradual y adaptado a las necesidades individuales del bebé. La introducción de alimentos sólidos proporciona una variedad de nutrientes esenciales y contribuye al desarrollo de habilidades motoras y gustativas (Bravo et al., 2022).

Tabla 2

Guía de introducción de alimentos

| Cronograma orientativo de incorporación de a la alimentación complementaria | | | | |
|--|-------------|--------------|---------------|---|
| Alimento | 0 – 6 meses | 6 – 12 meses | 12 – 24 meses | >2 años |
| Leche materna | | | | |
| Formulas adaptadas (en caso de no estar con LM) | | | | |
| Cereales, frutas, hortalizas, huevo, carne, pollo, pescado, aceite de oliva | | | | |
| Leche entera, yogurt, queso tierno, (pueden ofrecerse en pequeñas cantidades a partir de los 9 o 10 meses) | | | | |
| Sólidos con riesgo de atragantamiento (frutos secos enteros, manzana o zanahoria cruda, etc.) | | | | Por encima de los 3 años |
| Alimentos superfluos (azúcares, miel, cacao, bollería, galletas, embutidos y charcutería) | | | | Cuanto más tarde y en menor cantidad mejor (siempre a partir de los 12 meses) |

Nota: Extraído de Fernández-Vegue (2018)

Clasificación de alimentos

Cereales Fortificados: Entre los primeros alimentos recomendados se encuentran los cereales fortificados con hierro. Estos proporcionan un impulso esencial de este mineral, crucial para el desarrollo cognitivo y la formación de glóbulos rojos. La elección de cereales integrales contribuye a la ingesta de fibra y otros nutrientes beneficiosos (FAO, s.f.).

Frutas y Verduras Frescas: Las frutas y verduras son fuentes invaluable de vitaminas y minerales. Los purés de pera, manzana y zanahoria son opciones suaves y nutritivas para comenzar. La introducción gradual de una paleta diversa de colores y sabores contribuye a una dieta equilibrada y sienta las bases para preferencias alimenticias saludables en el futuro (Fernández-Vegue, 2018).

Proteínas: La incorporación de proteínas es esencial para el desarrollo muscular y la salud general del bebé. Los purés de carne magra, pollo o pescado proporcionan una rica fuente

de proteínas y hierro. La diversificación de las fuentes proteicas fomenta una dieta variada y completa (Fernández-Vegue, 2018).

Productos Lácteos: A medida que el lactante crece, la introducción de productos lácteos como el yogur y el queso brinda calcio y prebióticos beneficiosos para la salud intestinal. Optar por opciones sin azúcares añadidos y texturas adecuadas para la edad del bebé es esencial (Fernández-Vegue, 2018).

Texturas y Desarrollo Motor: La progresión de texturas en los alimentos para lactantes es crucial para el desarrollo motor oral. Comenzar con purés y avanzar gradualmente hacia trozos pequeños estimula la masticación y el desarrollo de habilidades alimentarias independientes (Brunner-López et al., 2019).

Uso de biberón y chupones: La succión del chupones durante los primeros seis meses de vida está asociada con una baja adherencia a la lactancia materna (Mena et al., 2019). Dos autores consideran los chupones, es el principal causante del abandono precoz de la lactancia materna; a su vez, remarcan la efectividad de la implantación de estrategias destinadas al no uso del chupete durante los primeros seis meses de vida (Brunner-López et al., 2019). A la misma conclusión llega un artículo publicado en 2015, donde se concluye que el uso del chupete influye negativamente en la duración de la lactancia (Mena et al., 2019). Otro autor relaciona el uso de biberones y el mantenimiento de la lactancia materna en recién nacidos pre-término, el cual concluyeron que usar un vaso o una taza para la alimentación favorece la implantación de la lactancia (Mulero Sanz & Jiménez Pérez, 2020).

Tabla 3

Alérgenos alimentarios

| Antígenos capaces de desencadenar alergia alimentaria | | |
|---|--|---|
| Denominación | Características particulares en alergias alimentarias | Principales alérgenos |
| “Los grandes ocho” | Antígenos altamente alergénicos para 90 % de la población estadounidense | Leche, huevo, pescado, marisco, nueces, cacahuete, trigo y soya |

| | | |
|------------------------------------|--|--|
| Trofoalérgeno | Antígeno de incorporación por vía gastrointestinal | Leche, huevo, pescado, marisco, nueces, cacahuete, trigo, soya, manzana, aguacate, plátano, cocoa, papa, fresa, entre otros. |
| Alérgenos sensibles a la digestión | Antígenos que suelen degradarse en cavidad oral, no resisten la digestión ni la proteólisis. Originan el síndrome de alergia oral | Papa (Solt t 1), apio (Api g 1), piña (Ana 1), cacahuete (Ara h 5), cereza (Pru av 4), entre otros |
| Aero alérgenos | Antígenos de ingreso por vía aérea (inhalación). Tras sensibilizar al individuo pueden ocasionar reacciones cruzadas con diversos alérgenos alimentarios | Polen de abedul, de ambrosía, de artemisa, de ciprés, de cedro, de maíz, de girasol y látex, entre otros |
| Panalérgenos | Familia de proteínas relacionadas, ampliamente distribuidas en la naturaleza y que comparten estructura tridimensional o regiones con secuencias altamente conservadas. Responsables de muchas reacciones cruzadas entre pólenes y alérgenos alimentario | Profilinas como las del polen de abedul (Bet v 1 y Bet v 2), proteínas de transferencia de lípidos no específicas como las de la ambrosía (Amb 6), kiwi (Act 10) y látex (Hev b 12), entre otros |

Nota: Extraído de Reyes-Pavón et al. (2020)

Desafíos y Consideraciones: Si bien la introducción de alimentos sólidos es una etapa especial puesto que se forma otro tipo de vínculo entre el bebé y el entorno, el mismo presenta desafíos, presenta desafíos, como posibles alergias alimentarias (Salemi, 2020). Es fundamental introducir alimentos uno a la vez y observar las reacciones del bebé durante 3 días por alimento, como estreñimiento, vómitos, diarrea, ronchas en el cuerpo, malestar estomacal tipo cólico. La consulta con un pediatra es esencial para garantizar una transición segura y saludable (FAO, s.f.).

La preparación de alimentos complementarios en lactantes es un fenómeno multifacético influenciado por hábitos culturales arraigados. La comprensión y respeto de estas prácticas son esenciales para guiar a los padres y cuidadores hacia elecciones nutricionales que benefician a los bebés. Al reconocer la riqueza de la diversidad cultural en la alimentación infantil, podemos nutrir no solo cuerpos saludables, sino también la preservación y celebración de nuestras identidades culinarias únicas (Triviño et al., 2020).

La introducción de alimentos para lactantes no es solo un proceso nutricional; es un viaje crucial hacia una alimentación saludable y sostenible. Al elegir alimentos variados, frescos y nutritivos, estamos sentando las bases para hábitos alimenticios positivos y un

desarrollo saludable que perdurará a lo largo de la vida, marcando los primeros pasos hacia un futuro saludable (OPS/OMS Organización Panamericana de la Salud, s.f.).

Lactancia Materna: Nutrición Óptima

La leche materna es considerada el "oro líquido" para los lactantes debido a su composición única y adaptativa. Contiene una combinación perfecta de proteínas, grasas, carbohidratos y nutrientes esenciales, proporcionando al bebé la mejor nutrición posible. Además, la leche materna contiene anticuerpos y otras sustancias que refuerzan el sistema inmunológico del lactante, protegiéndolo de enfermedades y contribuyendo al desarrollo de un microbioma intestinal saludable (Morales López et al., 2022).

Fórmulas Infantiles: Alternativa Nutritiva

En situaciones donde la lactancia materna no es posible, las fórmulas infantiles son una alternativa nutricional completa. Estas fórmulas están diseñadas para imitar la composición de la leche materna y proporcionar todos los nutrientes esenciales que el bebé necesita para crecer y desarrollarse. Es importante seleccionar fórmulas infantiles de calidad y seguir las indicaciones del pediatra para garantizar que el lactante reciba una nutrición adecuada (Lorenzo et al., 2020).

Además de la elección de la leche o fórmula, la alimentación en lactantes también implica aspectos emocionales y de cuidado. La alimentación del bebé es un momento de conexión entre padres e hijos, promoviendo el apego emocional. La atención a la higiene, la postura adecuada durante la alimentación y la respuesta sensata a las señales del bebé son fundamentales para su bienestar general (Lorenzo et al., 2020).

La alimentación en lactantes es una etapa crítica que sienta las bases para un desarrollo saludable. Tanto la leche materna como las fórmulas infantiles ofrecen opciones nutritivas, y la introducción de alimentos sólidos marca una transición importante en el viaje alimentario del bebé (Morales López et al., 2022). Además de proporcionar nutrientes esenciales, la

alimentación en esta etapa fomenta el vínculo emocional entre padres e hijos, creando un entorno propicio para el desarrollo integral del lactante. Al comprender y abordar adecuadamente las necesidades nutricionales y emocionales, se contribuye significativamente al bienestar a corto y largo plazo de los lactantes (Mulero Sanz & Jiménez Pérez, 2020).

Metodología

Se realizó una revisión sistemática y metaanálisis, se utilizó las directrices de la declaración PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta- Analysis) del año 2020 (Page et al., 2021).

Para garantizar la elegibilidad de los artículos, se utilizó una lista de control que consta de 27 criterios, para evaluar la relevancia de la información descubierta sobre hábitos y creencias en la preparación de alimentación complementaria en lactantes, se realizó una extensa búsqueda en diferentes bases científicas como: Pubmed, Mendeley, Elsevier, Scholar, Medline, Scielo, como parte de la estrategia de búsqueda, se utilizaron artículos científicos de metaanálisis, revisiones sistemáticas, artículos científicos y tesis de postgrados considerando aquellas publicaciones con cinco años de antigüedad, los criterios de búsqueda incluyeron palabras claves como hábitos, alimentación complementaria, lactante, creencias, preparaciones.

Dentro de la búsqueda se incluyó artículos sobre investigaciones acerca de hábitos y creencias de la alimentación complementaria, patologías asociadas a la introducción de la alimentación complementaria.

Respecto a los criterios de exclusión e inclusión: Se descartaron publicaciones con el idioma de portugués e italiano, así como aquellas publicaciones realizadas antes del 2018, también se excluyeron estudios que no eran relevantes o que contenían información obsoleta sobre la alimentación complementaria, se destacaron investigaciones cuya metodología no

ajustaba al diseño de este estudio, así como tesis y artículos que no se encuentran disponibles, por lo tanto los criterios de inclusión fueron publicaciones en idioma en español, inglés y portugués, los estudios que se centraron en la alimentación complementaria en lactantes, investigaciones que proporcionaron datos cuantitativos y cualitativos, documentos que discutieron sobre los hábitos como creencia en la preparación de alimentos, publicaciones realizadas entre los años 2018 hasta el 2022, estudios de países de Brasil, México, Cuba, España, Chile, Perú y Bolivia, la selección de los artículos estuvo fundamentada en un examen detallado del título, seleccionando aquellos que abarcan las variables del estudio y que son pertinentes para el objetivo de la revisión. Además, incluyo diversos factores como los criterios de hábitos y creencias en la alimentación complementaria y sus etapas iniciales de estas y seguimiento para establecer parámetros de indicadores dietéticos con relación a los lactantes.

Una vez recolectada la información, se seleccionaron los artículos, y se implementó la lista de verificación de PRIMA 2020, se realizó una tabla considerando los siguientes aspectos: Título del artículo, autores y año de publicación, población, tiempo, país de investigación, el tipo de investigación y la perspectiva nutricional, a continuación, se detalla el proceso de la presente revisión.

Selección de artículos

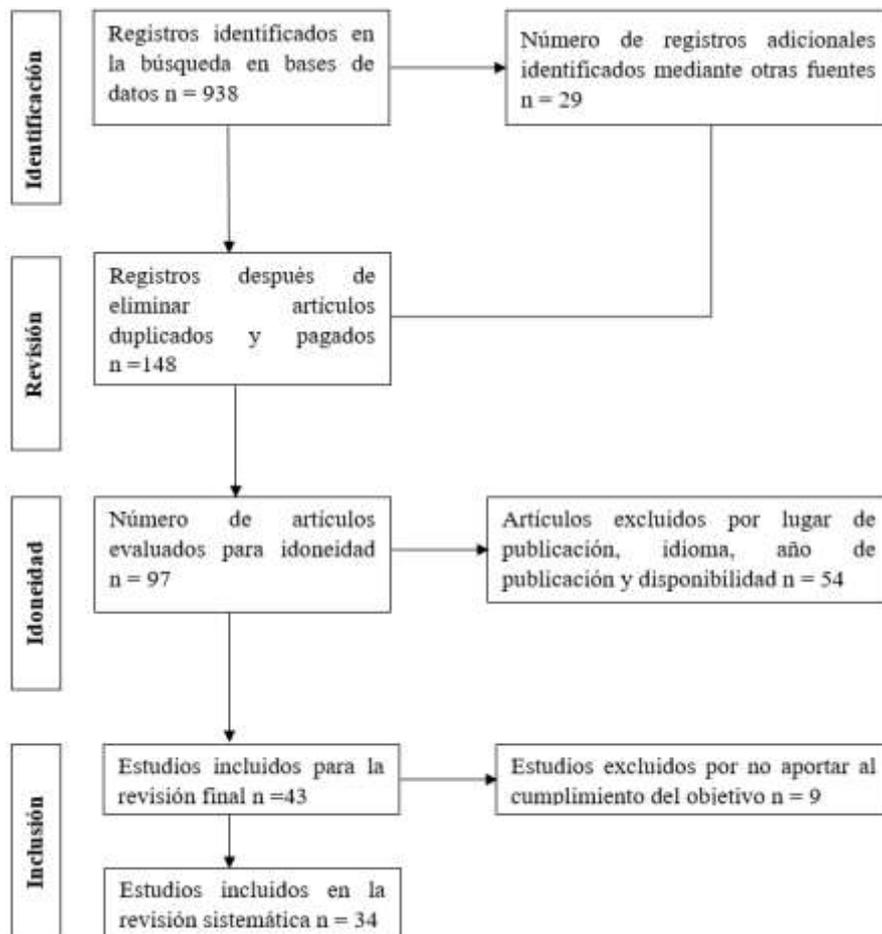
Después de analizar 938 resultados, de los cuales 148 cumplían con los criterios de selección establecidos; mediante el uso de filtros en bases de datos, publicaciones que contenía texto completo, idioma español o inglés, metaanálisis, estudios de cohorte y que corresponden al tema en específico. Durante el proceso de idoneidad se seleccionaron 97 artículos y se excluyeron 54 debido a que no estaban relacionados con el tema de estudio (creencias, alimentación complementaria), o la información se encontraba obsoleta en el marco de los años de publicación e información debida, y otras razones como criterios de inclusión, resumen entre

otros, no cumplían con la metodología adecuada, además de que el idioma se encontraba en portugués e italiano

Posterior se incluyeron 43 artículos para la revisión final y a este se eliminaron otros 9 artículos debido a que no estaban disponibles, eran tesis de grado o no aportaban al cumplimiento del objetivo. Finalmente se seleccionaron 34 artículos relevantes para la presente investigación (Figura 1).

Figura 1

Flujo de la selección de la investigación según la declaración PRISMA



Nota: Extraído de Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta- Analysis (2020)

Resultados

A continuación se presenta la tabla 4 de las principales características que se utilizaron en el momento de abordar el tema en cuestión, identificando las prácticas en la alimentación complementaria oprimas, las creencias que se han desarrollado en el marco del tema abordado, con la población de madres, padres / cuidadores de los infantes, lactantes y profesionales de la salud como médicos , pediatras , el rango de tiempo de estudios realizados se dan desde los 3 meses hasta los 7 meses de duración , donde se exponen las diferentes aportaciones de este estudio, principalmente en nutrición infantil.

Tabla 4

Principales características que se utilizaron para la investigación

| Título del artículo | Autores Y Año | Población / muestra | Tiempo | País de investigación | Tipo | Perspectiva nutricional |
|---|---------------------|---|-----------------------------|-----------------------|-----------------------------------|--|
| Experiencias de madres con el destete precoz: una teoría fundamentada | Alves et al. (2023) | Madres, familiares y profesionales # 19 | Abril – Septiembre del 2018 | Brasil | Estudio observacional cualitativo | Las madres relacionan las creencias de sus familiares para un destete precoz pues mencionan que su leche no es suficiente cantidad para alimentar a su bebe o que esta no llenara las necesidades nutricionales, así como también demostraron un miedo a que sus bebes tengan problemas de baja talla y bajo peso debido a su reintegración al trabajo una vez finalizado su periodo de postparto, así como también las horas de trabajo pues pasarían fuera de casa más de 8 horas sin poder alimentar a su bebe. |

| | | | | | | |
|---|-------------------------|--|------------------------|--------|------------------------------------|--|
| Cuestionario para evaluar el conocimiento de los padres sobre alimentación complementaria infantil: construcción y validación | Oliveira et al. (2022b) | Pediatras # 6, padres / cuidadores # 374 | Marzo 2017 – mayo 2020 | Brasil | Estudio observacional metodológico | Este estudio da a conocer la importancia de informar y enseñar a los padres/cuidadores sobre la alimentación complementaria pues existen aspectos sociales, culturales, religiosos y económicos biológicos que modifican los hábitos que se generan durante la alimentación complementaria. Se menciona los beneficios de comer en familia pues al compartir juntos se mejoran los hábitos creando así una vida más saludable. La desinformación de los padres respecto a la alimentación complementaria genera un destete precoz, así como la inclusión de alimentos y bebidas de forma temprana. |
|---|-------------------------|--|------------------------|--------|------------------------------------|--|

Introducción temprana de alimentos potencialmente alergénicos en pacientes pediátricos menores de seis meses de edad

Romero-Velarde et al. (2022)

Menores de 6 meses #

Agosto – diciembre 2021

México

Revisión exploratoria

Varias fuentes mencionan que la inclusión de alimentos de forma temprana antes de los 6 meses ayudaría a prevenir la alergia a ciertos alimentos en el primer año de vida del infante, sin embargo, diferentes fuentes mencionan por el contrario que ofrecer estos alimentos de forma temprana no ofrece ningún beneficio en cuanto a evitar una alergia alimentaria. Varios ensayos clínicos realizados en Europa y Asia nos dicen que es mejor introducir el huevo de manera precoz en comparación a los realizados en Latinoamérica que nos mencionan la introducción tardía. Por otra parte, en la introducción del trigo los expertos han sugerido que no pone en juego una reacción alérgica pues dependerá de un protocolo de diagnóstico para ver la intolerancia al gluten del infante. Por lo tanto, se podría incluir este alimento desde el inicio de la alimentación complementaria esto también para prevenir anemia ya que se ofrecería en forma de cereal fortificado.

| | | | | | | |
|--|-------------------------------------|---|---------------------------------|-------------------------------|----------------------------|---|
| <p>Practicas maternas en alimentación complementaria en lactantes en zonas prevalentes de anemia en el norte de Perú</p> | <p>Castillo-Bravo et al. (2022)</p> | <p>Madres de lactantes de 4 a 8 meses # 206</p> | <p>-</p> | <p>la Habana</p> | <p>Estudio descriptivo</p> | <p>Este estudio menciona que la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses beneficia a tener menor riesgo de anemia. La alimentación complementaria inducida por las madres es de forma inadecuada pues las porciones y la frecuencia de consumo no son las adecuadas, la textura ofrecida a los infantes no progresa adecuadamente pues a la edad de 8 meses se seguía ofreciendo pures y papillas. El consumo de hierro prevalente es de origen vegetal pues el hierro de origen animal es de muy bajo consumo, las madres al ofrecer agua de anís y manzanilla a los infantes fomentan el riesgo a padecer de anemia pues estos actúan como inhibidores de absorción. La dieta ofrecida al infante resultó ser con bajo contenido de hierro, pues no se ofertan alimentos ricos en este o que favorecen su absorción, así también se comprobó que existe un desconocimiento sobre la alimentación complementaria. Los métodos de BLLW y BLISS en el paso del tiempo han sido más usados por los padres frente al método tradicional, estos métodos fomentan una mayor capacidad psicomotriz, selección de alimentos, autonomía, sin embargo, los padres asumen tener un miedo con respecto a la malnutrición, deficiencia de hierro, así como también al riesgo de atragantamiento.</p> |
| <p>¿Qué se sabe actualmente sobre el método de alimentación guiado por el bebé - BLW</p> | <p>Alfaro et al. (2022)</p> | <p>Niños/as de 6 meses – 1 año # 30</p> | <p>Diciembre –junio de 2022</p> | <p>Comuna de Chile Ñuñoa,</p> | <p>Estudio descriptivo</p> | <p>Este estudio menciona que la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses beneficia a tener menor riesgo de anemia. La alimentación complementaria inducida por las madres es de forma inadecuada pues las porciones y la frecuencia de consumo no son las adecuadas, la textura ofrecida a los infantes no progresa adecuadamente pues a la edad de 8 meses se seguía ofreciendo pures y papillas. El consumo de hierro prevalente es de origen vegetal pues el hierro de origen animal es de muy bajo consumo, las madres al ofrecer agua de anís y manzanilla a los infantes fomentan el riesgo a padecer de anemia pues estos actúan como inhibidores de absorción. La dieta ofrecida al infante resultó ser con bajo contenido de hierro, pues no se ofertan alimentos ricos en este o que favorecen su absorción, así también se comprobó que existe un desconocimiento sobre la alimentación complementaria. Los métodos de BLLW y BLISS en el paso del tiempo han sido más usados por los padres frente al método tradicional, estos métodos fomentan una mayor capacidad psicomotriz, selección de alimentos, autonomía, sin embargo, los padres asumen tener un miedo con respecto a la malnutrición, deficiencia de hierro, así como también al riesgo de atragantamiento.</p> |

| | | | | | | |
|--|----------------------------------|--|---|--------|---|--|
| Factores determinantes en la desnutrición infantil en San Juan y Martínez, 2020 | Fernández-Martínez et al. (2020) | Niños menores de 6 años con desnutrición # 60 | - | Cuba | Estudio observacional, descriptivo de corte transversal | Este estudio demuestra que la mayoría de los niños presentan inadecuadamente la alimentación complementaria. Se relaciona completamente la relación entre el destete precoz y la desnutrición, por lo que se fomenta la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses. Varios estudios confirman el hecho de que el reemplazo de la fórmula infantil por la lactancia materna exclusiva, favorece al desarrollo de sobrepeso y obesidad. El consumo de alimentos elevados en azúcar en niños antes de los 6 meses de edad se asocia directamente al sobrepeso y obesidad con un porcentaje del 60%. Por otra parte, los niños con lactancia materna exclusiva 6.9% no tiene problemas de sobrepeso y obesidad. |
| Prácticas de lactancia y alimentación en el primer año de vida y su asociación con sobrepeso y obesidad de niños en México | Arredondo et al. (2021) | Menores de un año # 396 | - | México | Estudio observacional de corte transversal - analítico | Este estudio demuestra que la mayoría de los niños presentan inadecuadamente la alimentación complementaria. Se relaciona completamente la relación entre el destete precoz y la desnutrición, por lo que se fomenta la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses. Varios estudios confirman el hecho de que el reemplazo de la fórmula infantil por la lactancia materna exclusiva, favorece al desarrollo de sobrepeso y obesidad. El consumo de alimentos elevados en azúcar en niños antes de los 6 meses de edad se asocia directamente al sobrepeso y obesidad con un porcentaje del 60%. Por otra parte, los niños con lactancia materna exclusiva 6.9% no tiene problemas de sobrepeso y obesidad. |

| | | | | | | |
|---|---------------------------------------|---|-------------------------------|---------------|---|---|
| <p>Prácticas y creencias habituales en la preparación de la alimentación complementaria infantil en una muestra española: estudio transversal</p> | <p>Zamanillo-Campos et al. (2021)</p> | <p>1944 adultos entre los 18 a 65 años, respuestas de menores de 2 años</p> | <p>Enero 2021 – Mayo 2022</p> | <p>España</p> | <p>Estudio descriptivo de corte transversal</p> | <p>Este estudio demuestra la preferencia que tienen los cuidadores al triturar los alimentos a diferencia de ofrecerlos con el método del BLW. Los alimentos se ofrecen de manera equilibrada pues en el plato se ofrece una porción de tubérculos o legumbres + una porción de carne, huevo o pescado y por último de verduras, cumpliendo así los requerimientos nutricionales adecuados para el niño. Respecto a la técnica culinaria que utilizan para la preparación de alimentos se prefiere la cocción en agua al uso de plancha y horno. Se utilizo el agua de grifo para la preparación de alimentos y por último se tomó en cuenta la higiene en la preparación pues se tumo sumo cuidado al momento de trocear los alimentos. Se realizo una comparación con la Ensanut del 2012 se pudo observar que la diversidad alimentaria, así como los alimentos ricos en hierro se consumió de menor forma en 2018, además la lactancia materna duplico su prevalencia con respecto a 2012, sin embargo, prevalece el uso de lactancia materna mixta con la formula infantil y de continuación. Menciona la reformación de leyes y normas con respecto a la protección, fomento y apoyo de la lactancia materna, esto debido a la parte laboral de las madres que mantienen un trabajo activo.</p> |
| <p>Situación de las prácticas de lactancia materna y alimentación complementaria en México: resultados de la Ensanut 2018-19</p> | <p>González-Castell et al. (2020)</p> | <p>Mujeres de 12- 59 años y sus hijos <24 meses.</p> | <p>-</p> | <p>México</p> | <p>Estudio observacional de corte transversal analítico</p> | |

| | | | | | | |
|---|--------------------------------------|--|----------|---------------|---|--|
| <p>Prácticas de alimentación complementaria en lactantes sanos en México: ¿Qué tan apegadas se encuentran al consenso actual?</p> | <p>Ortega-Cisneros et al. (2019)</p> | <p>Madres de familia # 377 y Médicos con especialidad en pediatría # 104</p> | <p>-</p> | <p>México</p> | <p>Estudio observacional de corte transversal</p> | <p>Tanto los pediatras y las madres prefieren iniciar la alimentación complementaria con las verduras seguidas de las frutas, un bajo porcentaje de pediatras recomendaron iniciar la alimentación complementaria con cereales fortificados con hierro y alimentos de origen animal. Los pediatras recomendaron continuar con lactancia materna sin embargo las madres por la parte cultural y social no continuaron con esta pues no cuentan con los espacios necesarios para la lactancia tanto en su lugar de trabajo como en su lugar de residencia, refirieron tener cierto pudor al amamantar en sitios públicos y mencionan que los pediatras ofertan la formula infantil como una opción viable de alimentación para el bebe, no han recibido la información necesaria acerca de los beneficios de la lactancia materna y la correcta introducción de alimentos en la dieta del niño. Los alimentos que las madres evitaron ofrecer a sus niños fueron por creencias asociadas a alergias, los pediatras al no estar actualizados sugirieron esperar para ofrecer cítricos, huevo y carne cerdo.</p> |
|---|--------------------------------------|--|----------|---------------|---|--|

| | | | | | | |
|---|---|---|----------------------------------|--------------|---|--|
| <p>Relación entre el conocimiento y recomendación del baby led weaning en nutricionistas de atención primaria, en las ciudades de Coquimbo y La Serena, Chile</p> | <p>Leonelli et al. (2019)</p> | <p>47 participantes, 2 hombres y 45 mujeres</p> | <p>Mayo a noviembre del 2018</p> | <p>Chile</p> | <p>Estudio descriptivo de corte transversal</p> | <p>El método de BLW beneficia al lactante para el control de cantidades del alimento, puesto que se desarrollaría autorregulación por parte de este, se lo considera como el método óptimo para introducir los alimentos sólidos. Aunque este se considere como el mejor método los nutricionistas solo lo recomiendan una vez, las madres o cuidadores que más optan por este método cuentan con un mayor nivel educativo, económico que se asocian al mayor acceso a información sobre este método por lo tanto es este grupo que usa el BLW antes que el método tradicional. Este estudio menciona que las características sociodemográficas de una familia influyen directamente a que un niño tenga anemia pues en una familia pobre que no dispone de agua potable, servicios básicos, diversidad de alimentos que no ha terminado sus estudios o tiene el nivel básico de educación prevalece la anemia. Los niños no consumen alimentos ricos en hierro, las madres al desconocer los beneficios de estos alimentos los omiten o los ofrecen de manera esporádica.</p> |
| <p>Prácticas de alimentación complementaria, características sociodemográficas y su asociación con anemia en niños peruanos de 6 – 12 meses</p> | <p>López-Huamanr ayne et al. (2019)</p> | <p>Madres #370 y #370 niños</p> | <p>Agosto-diciembre del 2017</p> | <p>Perú</p> | <p>Estudio observacional de corte transversal y analítico</p> | |

| | | | | | | |
|--|--------------------------|--|---|--------|--|--|
| Creencias y prácticas culturales de madres adolescentes en el cuidado de sus hijos menores de 5 años | Toro-Rubio et al. (2022) | Madres adolescentes con niños menores de 5 años # 16 | - | Murcia | Estudio cualitativo, fenomenológico y hermenéutico | <p>Las creencias y las practicas respecto a la alimentación complementaria que las madres de este estudio realizaban fueron en base de los “consejos” impartidos por parte de las abuelas de los niños. Al ser adolescentes algunas madres no culminaron sus estudios por lo que tenían un mayor desconocimiento acerca de la importancia de los alimentos y la lactancia materna. Las madres refirieron empezar la alimentación complementaria precoz porque notaban a sus bebes delgados, no tenían un buen agarre en el seno o sentían una producción de leche insuficiente por lo que empezaron a ofrecer a sus bebes papillas, sopas de verduras y leche de formula infantil.</p> |
|--|--------------------------|--|---|--------|--|--|

| | | | | | | |
|---|-----------------------------------|--------------------------------------|---|-----------|---|--|
| Prácticas de alimentación en niños de 6 a 23 meses de edad | Magaly et al. (2018) | 543 niños entre 6 y 23 meses de edad | - | La Habana | Estudio transversal | <p>Ofrecer frutas y verduras frescas promueven el consumo de la fibra, minerales y vitaminas, es necesario que la dieta del niño cuente con todos los grupos de alimentos pues así se cumplen con las necesidades nutricionales que este requiere. En importante ofertar variedad de alimentos para una dieta completa. Por otra parte, la mejor forma de hidratación es el agua en los niños de 1 a 3 años el requerimiento es de 100 ml por cada 100 kcal. La ingesta de alimentos energéticos es elevada en los niños lo que en un futuro conllevaría problemas de sobrepeso, obesidad y enfermedades cardiovasculares. Las proteínas se ofrecen en leche y aves y el consumo es elevado lo que de igual forma podría provocar daño renal. Por último, respecto a las grasas se observó que no se consumen de forma regular.</p> <p>En este estudio se demostró que el introducir alimentos potencialmente alergénicos como huevo, pescado, leche de vaca y alimentos que contienen gluten antes del primer año, aumenta el riesgo a desarrollar la alergia a dicho alimento. El uso de probióticos se asoció en prevenir y atenuar la alergia a algún alimento de los ya nombrados. Los niños que se alimentaron solo con oleaginosa desarrollaron dermatosis.</p> |
| Patrones de alimentación en el primer año de vida y su relación con aparición de alergias en pacientes de 1 a 4 años. | Rodríguez-Hernández et al. (2019) | Niños de 1 a 4 años #168 | - | La Paz | Estudio observacional, retrospectivo, de corte transversal y de relación. | |

Nota: Autores (2023)

Discusión

Creencias relacionadas al escaso aporte de nutrientes de la leche materna o la saciedad incompleta del infante ante el consumo de la misma, han ocasionado incumplimiento del periodo de lactancia materna exclusiva. Alves et al. (2023) asoció aquello a la falta de tiempo y al desconocimiento de las madres sobre alternativas frente al destete. Ortega-Cisneros et al. (2019). por otra parte, hizo mención de factores extrínsecos como la reincorporación al ambiente laboral, la falta de áreas de amamantamiento tanto en el trabajo como en espacios públicos, que afectan la crianza. Son las madres adolescentes quienes presentan mayor desconocimiento acerca de la importancia de la lactancia materna y de ablactación acorde al tiempo establecido, Del Toro-Rubio et al. (2022), et al. menciona en su estudio que dicha inexperiencia condujo a la escucha de consejos de sus abuelas y al uso temprano de papillas, sopas y fórmulas infantiles como alternativa al continuo desarrollo de su hijo.

Sin embargo, Arredondo et al. (2021) en su estudio observacional, confirma el hecho de que el reemplazo de la formula infantil por la lactancia materna exclusiva y el consumo de alimentos con alto contenido de azúcar antes de los 6 meses, favorece al desarrollo de malnutrición infantil tanto por exceso como por déficit calórico, coincidiendo así, con lo descrito por Fernández-Martínez et al. (2020) el cual demuestra en su revisión que el destete precoz y la inadecuada alimentación complementaria son promotores de la desnutrición.

Estudios observacionales de Romero-Velarde et al. (2022), y Castillo-Bravo et al. (2022), et al. mencionan que parte del desconocimiento inadecuada en principios de complementariedad alimentaria es reflejado en la cantidad insuficiente de alimentos (porciones), la frecuencia de consumo, la textura ofrecida, el uso de anti nutrientes en bebidas (anís y manzanilla), que a corto plazo fomentan el riesgo en infantes de padecer anemia o alergias alimentarias como indica Rodríguez-Hernández Adán et al. (2019). señalando el uso

de probióticos en infantes para la alergia a alimentos como la leche de vaca, productos ricos en gluten, entre otros.

A razón de ello, investigaciones revisadas al presente han menciona tiempos de incorporación de alimentos, así como de tipos de texturas, adecuadas al infante según el paso de los meses. Métodos como BLW y BLISS fueron diseñados para guiar una correcta alimentación e integración del bebé a la mesa familiar, lo cual, a la par le permita desarrollar autonomía y autorregulación en la ingesta. Sin embargo, a pesar de los múltiples beneficios que pueden proveer estos métodos tanto para el niño como para quien se encarga de su alimentación, se requiere de capacitaciones previas para que aquello se desarrolle con normalidad. En razón a esto Alfaro et al. (2022). resalta en su estudio que se atribuye la limitación al usar estos métodos por parte de los padres al miedo de atragantamiento y desconfianza ante el aporte adecuado de nutrientes. Zamanillo-Campos et al. (2021) observó algo similar en este caso de parte de los cuidadores, ya que prefirieron la trituración de alimentos como técnica habitual de alimentación antes de incorporar BLW.

Por ello, Leonelli et al. (2019). acierta con lo antes descrito, al referirse que BLW es especialmente usado por madres o cuidadoras que cuentan con un status económico bueno y nivel educativo alto. Por lo que, componentes como la economía y factores sociodemográficos percibibles pueden influir en el estado de salud de los niños, no solo por el desconocimiento de métodos actuales de alimentación sino por limitación financiera e inseguridad alimentaria que impiden cubrir los requerimientos nutricionales a través de una adecuada alimentación, ya que, en sitios donde existe pobreza es donde se ha registrado mayor prevalece de anemia y desnutrición, tal como lo explicó López E, et al (Eddy López-Huamanrayme et al., 2019).

Por ello Oliveira et al. (2022b), resalta en su publicación la importancia de capacitar a padres y cuidadores respecto a la alimentación complementaria ya que la desinformación puede incurrir en la escucha de creencias y hábitos inadecuados infundidos por familiares o personas

cercanas al círculo social personal, que afectan el bienestar del infante. Según González-Castell et al. (2020), tanto la higiene como la diversidad alimentaria son puntos clave para un correcto estado de salud. Lo cual se corrobora en el estudio observacional de Rodríguez-Hernández et al. (2019). el cual observó en niños entre 1 y 4 años que el adecuado aporte de macronutrientes, micronutrientes, fibra e hidratación, son componentes sumamente trascendentales en la dieta de menores, ya que evitará a posterior el desarrollo de temprano de enfermedades metabólicas como el sobrepeso, obesidad, diabetes o enfermedades cardiovasculares.

Conclusión

El destete precoz representa una preocupación significativa en el ámbito nutricional infantil, ya que contribuiría al surgimiento de problemas como la desnutrición y anemia en los lactantes, la importancia de la lactancia materna y la introducción oportuna de alimentos complementarios es crucial para prevenir la malnutrición infantil.

De la misma manera hay que comprender que la introducción correcta de alimentos es un componente para asegurar una nutrición adecuada, es fundamental destacar que existen métodos y enfoques que se centran en fomentar la autonomía de los niños y estimular su desarrollo durante el proceso de introducción de alimentos, métodos que se enfocan en la cantidad y calidad nutricional y contribuyen a la formación de hábitos saludables desde una edad temprana.

Los hábitos y creencias en la preparación de la alimentación complementaria de lactantes revelan una diversidad significativa de prácticas culturales, tradiciones y valores culturales, estas desempeñan un papel crucial en la forma en que las comunidades introducen alimentos sólidos a los lactantes, incluyendo la selección de alimentos que son parte de prácticas asociadas a la cultura.

Además, se destaca la importancia de la educación nutricional y alimentaria, ya que las creencias y prácticas pueden estar influenciadas por la accesibilidad a la información sobre alimentación infantil, la promoción de la salud puede desempeñar un rol en la mejora de prácticas de alimentación complementaria y en la salud de los lactantes. Finalmente se concluye que, a pesar de la diversidad cultural y la información disponible, aún existen desafíos persistentes en la adopción de prácticas saludables en la preparación de la alimentación complementaria, la falta a recursos nutritivos y las barreras socioeconómicas pueden influir en las decisiones de las madres. Abordar dichos desafíos es vital para que todos los lactantes tengan acceso a una alimentación complementaria adecuada y nutritiva.

Referencias bibliográficas

- Aguilar Liendo, A. M., Casanovas Vargas, M. del C., Zamora Gutiérrez, A., Peñaranda Nogales, G., Vidal A, R., Alejo Pocoma, J., Alvarado Cáceres, R., & Vásquez, S. (2020). Diseño de intervención y estaciones ECOE sobre alimentación del menor de dos años. *Cuad. Hosp. Clín.*, [17]-[17]. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1118869>
- Alfaro, V. F., Neira, G. L. & Weisstaub, G. (2022). What is currently known about the baby-led weaning method-BLW? *Andes Pediatrica*, 93(3), 300–311. <https://doi.org/10.32641/andespediatr.v93i3.4181>
- Alves, T. R. de M., Silva, G. W. D. S., Lopes, T. R. G., Dos Santos, J. L. G., Temoteo, R. C. de A., de Miranda, F. A. N. & de Carvalho, J. B. L. (2023). Experiences of mothers with early weaning: a grounded theory. *Revista Gaucha de Enfermagem*, 44. <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2023.20220290.en>
- Andina-Díaz, E., Martins, M. F. S. V. & Siles-González, J. (2021). Beliefs and dietary practices in pregnancy and the puerperium: application of the Health Traditions Model. *Enfermería Global*, 20(1), 110–121. <https://doi.org/10.6018/eglobal.413651>
- Arredondo, A., Lugo, O. B. R., Orozco, E. & de la Rosa, C. P. T. (2021). Breastfeeding and feeding practices in the first year of life and its association with overweight and obesity of children in Mexico. *Revista Brasileira de Saude Materno Infantil*, 21(4), 1109–1118. <https://doi.org/10.1590/1806-93042021000400009>
- Asociación Latinoamericana de Antropología. (2022). *Antropologías-hechas-en-Ecuador-Tomo-IV*.
- Bravo, E. C. C., Bustamante, A. E. C. & Vélez, C. D. (2022). Prácticas maternas en alimentación complementaria en lactantes en zonas prevalentes de anemia en el norte del Perú. *Revista Cubana de Pediatría*, 94(2). <https://revpediatria.sld.cu/index.php/ped/article/view/1956>

- Brunner-López, O., Fuentes-Martín, M. J., Ortigosa-Pezonaga, B. & Garcíá, A. M. L. (2019). Evolutionary texture in new food introduction: A theoretical approach. *Revista Espanola de Nutricion Humana y Dietetica*, 23(2). <https://doi.org/10.14306/renhyd.23.2.459>
- Cecilia Castillo-Bravo, E., Elena Chumán-Bustamante, A. & Díaz-Vélez, C. (2022). *Prácticas maternas en alimentación complementaria en lactantes en zonas prevalentes de anemia en el norte del Perú*. <http://orcid.org/0000-0001-6402-1095>
- Eddy López-Huamanrayme, Noé Atamari-Anahui, Marilyn Carmen Rodriguez-Camino, Mayu Gabriel Mirano-Ortiz-de-Orue, Andrea Belen Quispe-Cutipa, Evelina Andrea Rondón-Abuhadba & César Johan Pereira-Victorio. (2019). Prácticas de alimentación complementaria, características sociodemográficas y su asociación con anemia en niños peruanos de 6-12 meses. *Ciencias Epidemiológicas Y Salubristas*.
- FAO. (2019). *La Alimentación De Los Niños De Más De Seis Meses*.
- FAO. (n.d.). *Capítulo 32: Procesamiento y fortificación de los alimentos*. Retrieved December 27, 2023, from <https://www.fao.org/3/W0073S/w0073s10.htm>
- Fernández-Vegue , M. G. (2018). *Recomendaciones De La Asociación Española De Pediatría Sobre La Alimentación Complementaria*.
- González-Castell, L. D., Unar-Munguía, M., Quezada-Sánchez, A. D., Bonvecchio-Arenas, A. & Rivera-Dommarco, J. (2020). Situación de las prácticas de lactancia materna y alimentación complementaria en México: resultados de la Ensanut 2018-19. *Salud Publica de Mexico*, 62(6), 704–713. <https://doi.org/10.21149/11567>
- Leidy Caridad Fernández-Martínez, Rolando Sánchez-Ledesma, Gladys Godoy-Cuba, Onaidys Pérez-Díaz & Yusmary Estevez-Mitjans. (2020). Factores determinantes en la desnutrición infantil en San Juan y Martínez. *Revista de Ciencias Medicas Del Pinar Del Rio*. www.revcmpinar.sld.cu
- Leonelli, G., Cavieres, P. & Munizaga, R. (2019). Relationship between knowledge and recommendations of baby-led weaning in primary care settings in the cities of Coquimbo and la Serena, Chile. *Revista Chilena de Nutricion*, 46(6), 761–767. <https://doi.org/10.4067/S0717-75182019000600761>
- Lorenzo, S.-V., Del, M., Tomás-Biosca, R., Ciudad, C. S., Salamanca, R., Virgen De La, C. S. & Zamora, C. (2020). *Introducción Lactancia artificial*.
- Magaly, S., Acosta, J., Martín González, I., Rodríguez Suárez, A., Silvera Téllez, D., Torres, I. E. N., Karen, I. I. & Fagué, A. (2018). Feeding practices in children aged 6-23 months. In *Revista Cubana de Pediatría* (Vol. 90, Issue 1). <http://scielo.sld.cu>
- Mena, D., Tudela, M. & Reolid, S. (2019). *Use Of Pacifiers And Effects On Health: A Literature Review*.
- Morales López, S., Colmenares Castaño, M., Cruz Licea, V., Iñarritu Pérez, M. del C., Maya Rincón, N., Vega Rodríguez, A. & Velasco Lavín, M. R. (2022). Recordemos lo importante que es la lactancia materna. *Revista de La Facultad de Medicina*, 65(2), 9–25. <https://doi.org/10.22201/fm.24484865e.2022.65.2.02>
- Mulero Sanz, S. & Jiménez Pérez, J. M. (2020). *Abandono prematuro de la lactancia materna exclusiva*.
- Oliveira, E. da S. de, Cardoso, M. V. L. M. L., Santos, J. E. P. dos, Linhares, I. A., Bezerra, C. M. & Martins, M. C. (2022a). QUESTIONÁRIO PARA AVALIAR O CONHECIMENTO DOS PAIS SOBRE ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR DO

- LACTENTE: CONSTRUÇÃO E VALIDAÇÃO. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 31. <https://doi.org/10.1590/1980-265x-tce-2022-0011pt>
- Oliveira, E. da S. de, Cardoso, M. V. L. M. L., Santos, J. E. P. dos, Linhares, I. A., Bezerra, C. M. & Martins, M. C. (2022b). Questionário Para Avaliar O Conhecimento Dos Pais Sobre Alimentação Complementar Do Lactente: Construção E Validação. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 31. <https://doi.org/10.1590/1980-265x-tce-2022-0011pt>
- OPS/OMS Organización Panamericana de la Salud. (n.d.). *Lactancia materna y alimentación complementaria*. Retrieved December 27, 2023, from <https://www.paho.org/es/temas/lactancia-materna-alimentacion-complementaria>
- Ortega-Cisneros, C. M., Vidaña-Pérez, D., Basto-Abreu, A., Iglesias-Leboreiro, J., Venegas-Andrade, A., Rodríguez-Santaolaya, P., López-Arzate, L. V. & Blanco-Montero, A. (2019). Complementary feeding practices in Mexican healthy infants: How close are they to the current guidelines? *Boletín Médico Del Hospital Infantil de México*, 76(6), 265–272. <https://doi.org/10.24875/BMHIM.19000064>
- Otálvaro, Á., Vásquez, O. & Murcia, D. M. (2022). Food and its cultural dimensions: An integrative literature review. *Human Review. International Humanities Review / Revista Internacional de Humanidades*, 11. <https://doi.org/10.37467/revhuman.v11.4372>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. In *The BMJ* (Vol. 372). BMJ Publishing Group. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Rodríguez-Hernández Adán Israel, de León-Elizondo Mariana & Álvarez-Cardona Aristóteles. (2019). Patrones de alimentación en el primer año de vida y su relación con aparición de alergias en pacientes de 1 a 4 años de edad. *Selva Andina Research Society*.
- Romero-Velarde, E., Caro-Sabido, É. & Flores-Limón, V. A. (2022). Early introduction of potentially allergenic foods in pediatric patients under six months of age. In *Revista Alergia México* (Vol. 69, Issue 4, pp. 183–194). Colegio Mexicano de Inmunología Clínica y Alergia A.C. <https://doi.org/10.29262/ram.v69i4.1132>
- Salemi, C. (2020). *Ventana óptima de introducción de alimentos y prevención de alergias alimentarias en lactantes de alto riesgo*.
- Toro-Rubio, M. Del, Barrios-Puerta, Z. & Borré-Ortiz, Y. M. (2022). Beliefs and cultural practices of adolescent mothers in the care of their children under 5 years of age. *enfermería Global*, 21(3), 236–249. <https://doi.org/10.6018/eglobal.507631>
- Triviño, K., Arandía, J. C., Robles, G. & Rivera, G. (2020). Fortalecimiento De La Identidad Cultural-Gastronómica En La Provincia De Los Ríos, Ecuador. *Tecnología y Negocios*, 7(1), 45–57.
- Vázquez-Frias, R., Ladino, L., Bagés-Mesa, M. C., Hernández-Rosiles, V., Ochoa-Ortiz, E., Alomía, M., Bejarano, R., Boggio-Marzet, C., Bojórquez-Ramos, M. C., Colindres-Campos, E., Fernández, G., García-Bacallao, E., González-Cerda, I., Guisande, A., Guzmán, C., Moraga-Mardones, F., Palacios-Rosales, J., Ramírez-Rodríguez, N. E., Roda, J., ... Koletzko, B. (2023). Consensus on complementary feeding from the Latin American Society for Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition: COCO 2023. *Revista de Gastroenterología de México*, 88(1), 57–70. <https://doi.org/10.1016/j.rgmx.2022.11.001>

- Zamanillo-Campos, R., Rovira-Boixadera, L. & Rendo-Urteaga, T. (2021). Common practices and beliefs in the preparation of complementary infant feeding in a spanish sample: A cross-sectional study. *Nutricion Hospitalaria*, 38(5), 919–934. <https://doi.org/10.20960/nh.03527>
- Reyes-Pavón, D., Jiménez, M., & Salinas, E. (2020). Fisiopatología de la alergia alimentaria. *Revista Alergia México*, 67(1), 34–53. <https://doi.org/10.29262/ram.v67i1.731>