



Recibido: 4-febrero-20265

Aceptado: 24-febrero-2025

Publicado en Internet:

11-marzo-2026

José Galbe Sánchez-Ventura:

galbester@gmail.com

Carta al Director

A propósito del *Baby Led Weaning*

José Galbe Sánchez-Ventura

Pediatra de Atención Primaria. Zaragoza. España.

He leído con interés el artículo de su revista *Métodos de introducción complementaria de alimentos y asfixia*¹.

En el mencionado texto se realiza una revisión sistemática para estimar la relación entre el riesgo de asfixia y el método de introducción de alimentación complementaria en lactantes, obteniendo como conclusión que dicho riesgo no parece estar asociado a la introducción de alimentos con métodos como el *Baby Led Weaning* (BLW) o el *Baby Led Introduction of Solids* (BLISS).

Es cierto que el BLW es un método que permite al lactante el conocimiento y la percepción de los alimentos, evitando un consumo superfluo de calorías, contribuyendo a prevenir la obesidad y mejorando el consumo de fibra, entre otros beneficios.

Sin embargo, no es menos cierto que el triturado, masticado y digerido natural por parte de las madres es, asimismo, una conducta adaptativa que practican muchos mamíferos y primates. Existen también pruebas indirectas de que en la prehistoria ya se practicaba el triturado de alimentos para la prole. Sin duda, todos ellos sabían que esto mejoraba la digestión y prevenía atragantamientos.

En mi vida profesional he conocido un bebé gravemente atragantado mientras realizaba BLW. La

consecuencia fue una parálisis cerebral. Ningún metanálisis me puede convencer de la seguridad absoluta de esta práctica. Me preocupa que no se haga bien, que no se den las instrucciones oportunas o estas no se realicen correctamente. Si bien es cierto que lo mismo se puede aplicar también a la alimentación con triturados.

No se puede transmitir tranquilidad absoluta del BLW en base a estudios que quizás no hayan tenido en cuenta estos raros pero graves eventos. Estos episodios lastrarán los recuerdos de quienes hayan aconsejado el BLW a esas familias. Una sola parada cardíaca como resultado del BLW pesa más que miles de metanálisis.

CONFLICTO DE INTERESES

El autor declara no presentar conflictos de intereses en relación con la preparación y publicación de este artículo.

BIBLIOGRAFÍA

1. Llerena Santa Cruz E, Aparicio Rodrigo M. Métodos de introducción complementaria de alimentos y asfixia. *Rev Pediatr Aten Primaria*. 2025;27:427-30. <https://doi.org/10.60147/15895159>

Cómo citar este artículo: Galbe Sánchez-Ventura J. A propósito del *Baby Led Weaning*. *Rev Pediatr Aten Primaria*. 2026;28:127. <https://doi.org/10.60147/fc56459a>