

Perspectivas y experiencias de los padres en la transición alimentaria infantil

Perspectivas parentais e experiências na transição alimentar dos infantes

Parental perspectives and experiences in children's food transition

Samara Hellen Nogueira de Freitas¹, Maria Solange Nogueira dos Santos², Emanuela Machado Silva Saraiva³, Edna Maria Camelo Chaves⁴

Cómo citar este artículo: Perspectivas y experiências de los padres en la transición alimentaria infantil. Rev Enferm Atenção Saúde [Internet]. 2025 [acceso en: ____]; 15(1): e20257230. DOI: <https://doi.org/10.18554/reas.v15i1.7230>

RESUMEN

Objetivo: conocer las perspectivas y experiencias parentales de los padres involucrados en la transición de la alimentación infantil. **Método:** estudio descriptivo y exploratorio, muestra compuesta por siete padres, seleccionados por conveniencia. Se incluyeron a los padres de los niños que iniciaron la introducción de alimentos. **Resultados:** el corpus consta de siete textos divididos en 67 segmentos de texto, con un uso del 79,10%. Se identificaron un total de 2.442 ocurrencias, que pueden ser palabras, formas o vocabularios. Surgieron cuatro categorías: transición alimentaria, dificultad en la introducción de alimentos, directrices para la introducción de alimentos y aceptación de alimentos. Los datos destacan la preocupación de los padres con la nutrición y el bienestar de sus hijos, haciendo hincapié en la necesidad de apoyo e información adecuados. **Conclusión:** la transición alimentaria es vista por los padres como un período desafiante, lleno de obstáculos. Sin embargo, va más allá de ser sólo un cambio en la dieta del niño; Es un período significativo de desarrollo y aprendizaje.

Descriptor: Conducta Alimentaria; Fenómenos Fisiológicos Nutricionales del Lactante; Relaciones Padres-Hijo; Nutrición del Niño; Enfermería

¹ Estudiante de pregrado en enfermería en la Universidad Estatal de Ceará. Brasil. Universidad Estatal de Ceará. Becario de Iniciación Científica del CNPQ. Fortaleza – CE. Universidad Estatal de Ceará. Fortaleza/CE, Brasil. <https://orcid.org/0000-0003-0266-7717>

² Enfermero. Estudiante de doctorado en el Programa de Postgrado en Atención Clínica en Enfermería y Salud (PPCCLIS) de la Universidad Estatal de Ceará (UECE). Universidad Estatal de Ceará. Fortaleza/CE, Brasil. <https://orcid.org/0000-0002-8509-1989>

³ Farmacéutico. Estudiante de Doctorado en el Programa de Postgrado en Atención Clínica en Enfermería y Salud de la Universidad Estatal de Ceará. Becario del organismo financiador: CAPES-Coordinación de Perfeccionamiento de Personal de Nivel Superior. Fortaleza – CE. Universidad Estatal de Ceará. Fortaleza/CE, Brasil. <https://orcid.org/0000-0001-8394-5963>

⁴ Enfermero. Doctor en Farmacología por la Universidad Federal de Ceará. Profesor asistente de la Universidad Estatal de Ceará. PPCCLIS/Enfermería, Fortaleza/CE, Brasil. Universidad Estatal de Ceará. Fortaleza/CE, Brasil. <https://orcid.org/0000-0001-7752-3924>

RESUMO

Objetivo: conhecer as perspectivas parentais e as experiências dos pais envolvidos na transição da alimentação infantil. **Método:** estudo descritivo e exploratório, amostra composta por sete pais, selecionados por conveniência. Foram incluídos pais de crianças que iniciaram a introdução alimentar. **Resultados:** O corpus consiste em sete textos divididos em 67 segmentos de texto, com um aproveitamento de 79,10%. Identificamos um total de 2.442 ocorrências, que podem ser palavras, formas ou vocabulários. Emergiram quatro categorias: Transição Alimentar, Dificuldade na Introdução Alimentar, Orientações para a Introdução Alimentar e Aceitação dos Alimentos. Os dados destacam a preocupação dos pais com a nutrição e o bem-estar de seus filhos, enfatizando a necessidade de suporte e informações adequadas. **Conclusão:** A transição alimentar é vista pelos pais como um período desafiador, repleto de obstáculos. No entanto, ela vai além de ser apenas uma mudança na dieta da criança; é um período significativo de desenvolvimento e aprendizagem.

Descritores: Comportamento Alimentar; Fenômenos Fisiológicos da Nutrição do Lactente; Relações Pais-Filho; Nutrição da Criança; Enfermagem

ABSTRACT

Objective: to know the parental perspectives and experiences of parents involved in the transition of infant feeding. **Method:** descriptive and exploratory study, sample composed of seven parents, selected by convenience. Parents of children who started the food introduction were included. **Results:** the corpus consists of seven texts divided into 67 text segments, with a use of 79.10%. We identified 2,442 occurrences, which can be words, forms or vocabularies. Four categories emerged food transition, difficulty in food introduction, guidelines for food introduction and acceptance of food. The data highlight the concern of parents with the nutrition and well-being of their children, emphasizing the need for adequate support and information. **Conclusion:** the food transition is seen by parents as a challenging period, full of obstacles. However, it goes beyond just being a change in the child's diet; it is a significant period of development and learning.

Descriptors: Feeding Behavior; Infant Nutritional Physiological Phenomena; Parent-Child Relations; Child nutrition; Nursing

INTRODUCCIÓN

La nutrición está intrínsecamente vinculada a la salud y el bienestar en todas las etapas de la vida, con especial atención a los primeros años, que se caracterizan por ser un período crítico para el crecimiento, el desarrollo, la formación de hábitos alimentarios y la preservación de la salud.¹ Sin embargo, garantizar un equilibrio entre la promoción de la lactancia materna y la introducción adecuada de la alimentación complementaria no es una tarea sencilla. Requiere un esfuerzo conjunto y

coordinado de diferentes sectores. Este desafío se vuelve aún más complejo dentro del sistema de salud, que necesita adoptar una perspectiva holística y centrada en el ser humano.²

La nutrición, en particular, desempeña un papel irremplazable a la hora de apoyar el desarrollo saludable del cerebro desde la infancia. Sus efectos suelen ser profundos, duraderos y, en muchos casos, irreversibles, influyendo directamente en el desarrollo cognitivo y la salud mental del individuo a lo largo de su



vida.³ A lo largo de este tiempo, el desarrollo y el funcionamiento dependen de muchos factores, incluida una nutrición adecuada.⁴

Un estudio de revisión enfatiza la necesidad de una dieta equilibrada rica en nutrientes esenciales para un desarrollo saludable y la prevención de enfermedades durante la infancia. Se recomienda que la alimentación complementaria se introduzca sólo a partir de los seis meses de edad del lactante⁵, como lo indica un estudio realizado en 2019.⁶ Hasta esta edad, la lactancia materna exclusiva cubre todas las necesidades nutricionales del niño. Además⁷, los alimentos complementarios deben ofrecerse en cantidades adecuadas, asegurando la calidad nutricional y sanitaria.

Ante estas recomendaciones y las posibles consecuencias de la introducción temprana de alimentos, los padres se encuentran en un momento de decisiones y dudas. A menudo, la falta de información o un exceso de información contradictoria pueden causar ansiedad e inseguridad.⁸ Las perspectivas de los padres sobre esta fase de la transición dietética son esenciales para comprender los desafíos, las preocupaciones y las decisiones que toman. Las opiniones de los padres sobre la transición dietética reflejan una combinación de factores, incluidas sus creencias personales, influencias culturales,

experiencias previas y consejos recibidos de profesionales de la salud.⁹ Durante esta fase de transición, se pueden abordar diversas experiencias entre niños y padres; Para este contacto con los alimentos contamos con los métodos tradicionales, participativos y BLW (Baby-Led Weaning).¹⁰

El método tradicional enfatiza una introducción gradual de alimentos, ofreciendo todos los nutrientes esenciales desde la primera comida, generalmente servida con cuchara. Por otro lado, el método BLW, o baby-led weaning traducido al español, sugiere que a partir de los seis meses de edad los bebés ya tienen las habilidades motoras para dirigir su propia alimentación. Esto implica consumir alimentos en trozos más grandes o en forma de palitos, lo que requiere que el niño tenga un desarrollo apropiado para esta práctica.¹¹

El método participativo combina características de los otros dos: se anima al niño a explorar los alimentos, conociendo sus texturas y sabores, mientras que los padres también pueden ofrecer la comida con cuchara. En este método, los padres monitorean activamente la alimentación del bebé, asegurando la ingesta de nutrientes vitales para su crecimiento, pero permitiendo que el bebé sea el actor principal del proceso.¹¹ La introducción de la alimentación complementaria representa uno de los primeros momentos de la socialización humana.¹² En este contexto, el



objetivo de este estudio fue comprender las perspectivas y experiencias parentales de los padres involucrados en la transición de la alimentación infantil.

MÉTODO

Se trata de un estudio descriptivo, exploratorio, con enfoque cualitativo, en una Unidad de Atención Primaria de Salud (UAPS) de la ciudad de Fortaleza, Brasil. La unidad elegida está bajo el ámbito y responsabilidad sanitaria de la Universidad Estatal de Ceará (UECE) y sirve como campo de prácticas para estudiantes del curso de enfermería de la citada universidad.

La muestra estuvo compuesta por siete padres, seleccionados por conveniencia. Se incluyeron en la investigación padres con niños entre 6 y 24 meses de edad que ya habían iniciado la introducción de alimentos sólidos. Los padres que no estaban presentes en la unidad de salud durante la recolección de datos fueron excluidos automáticamente del estudio.

La recolección de datos se realizó en junio de 2023, mediante entrevistas semiestructuradas, divididas en dos bloques y con una duración media de 20 minutos cada uno. El primer bloque se centró en información personal, socioeconómica y demográfica de los entrevistados, incluyendo el número de hijos. El segundo

bloque tuvo como objetivo comprender mejor los conocimientos y la experiencia de los padres respecto a la introducción de alimentos complementarios, los desafíos enfrentados, las orientaciones recibidas y las prácticas alimentarias diarias.

El análisis de los datos se realizó utilizando el software Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires (IRaMuTeQ). Este software tiene como objetivo analizar la estructura y organización del discurso, destacando las relaciones entre los términos más frecuentemente citados por los participantes de la investigación.¹³ En el estudio, se eligió la Clasificación Jerárquica Descendente (CHD). Para reconocer el dendrograma con clases emergentes, tenga en cuenta que cuanto mayor sea el valor de χ^2 , más asociada estará la palabra con la clase. Las palabras con χ^2 menor a 3,80 se descartan, estableciéndose un nivel de significancia estadística en $p \leq 0,01$. Además, el análisis de similitud se utiliza para comprender las conexiones entre las palabras en el corpus textual.¹³

Se realizó un análisis de contenido temático, siguiendo tres etapas distintas. Inicialmente se llevó a cabo la fase de preanálisis, la cual se organizó con la ayuda del software IRAMUTEQ. A continuación, se procedió a la exploración del material, en el cual se transformaron los datos brutos con el fin de identificar la comprensión



central del texto. Finalmente, en la etapa de procesamiento de los resultados, los autores realizaron inferencias e interpretaciones con base en los datos recolectados durante el estudio.¹⁴ La muestra cualitativa ideal es determinada por el investigador con base en la representación de diferentes dimensiones del fenómeno en estudio, evitando datos redundantes o repetitivos.¹⁴

Garantizando la confidencialidad, las entrevistas fueron grabadas digitalmente y transcritas por el investigador. Los participantes fueron identificados mediante códigos (del P1 al P07) para garantizar el anonimato. Este estudio siguió estrictamente las normas éticas establecidas por la Resolución del Consejo Nacional de Salud nº 466, del 12 de diciembre de 2012, y fue aprobado mediante parecer 3.976.504 del Comité de Ética de la Universidad Estatal de Ceará.

RESULTADOS

La mayoría de los padres eran parejas casadas, con un promedio de dos hijos por

familia. En cuanto a la ocupación profesional, se sugirió una gran diversidad de profesiones entre ellos. Desde el punto de vista económico, no recibían ayuda gubernamental y tenían un ingreso promedio equivalente a tres salarios mínimos. Respecto a la educación, la mayoría había completado la educación secundaria (2º grado).

El corpus utilizado estuvo compuesto por siete textos que fueron divididos en 67 segmentos textuales (ST), de los cuales utilizamos 53 ST, lo que representa una tasa de uso del 79,10%. En este conjunto de datos, identificamos un total de 2442 ocurrencias, que pueden ser palabras, formas o vocabulario. Dentro de las 2442 ocurrencias registradas, identificamos 531 términos únicos. De éstos, 439 fueron mencionados sólo una vez. El contenido examinado se organizó en cuatro categorías principales: 1) Transición Dietética; 2) Desafíos en la introducción de alimentos; 3) Directrices para la introducción de alimentos; y 4) Aceptación de Alimentos.

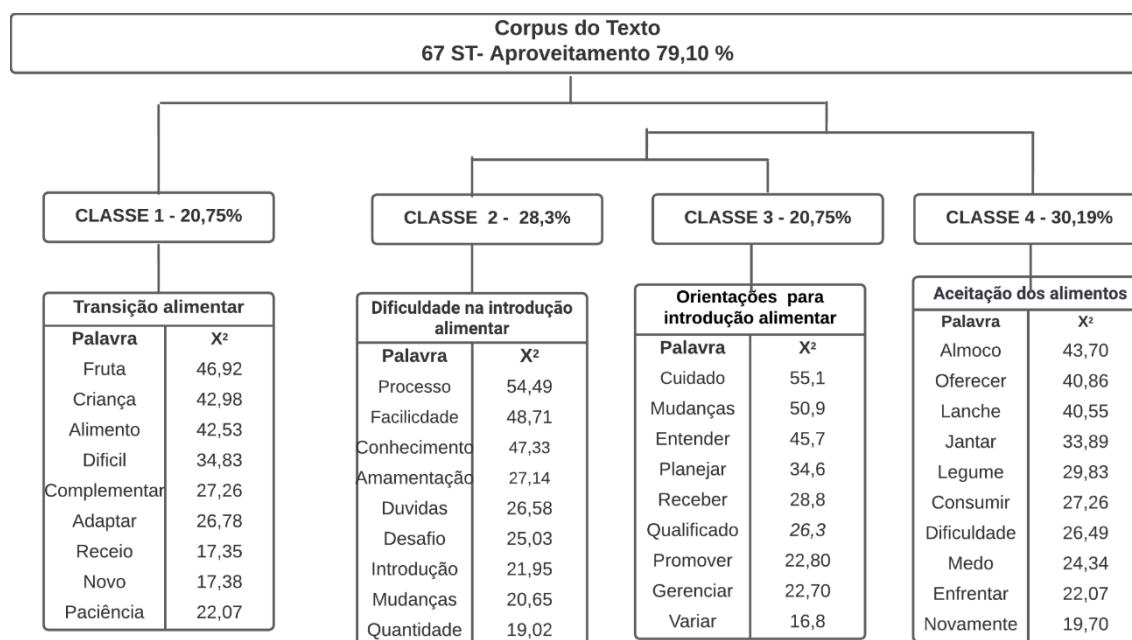


Figura 1– Diagrama de clases y palabras con mayor chi-cuadrado (χ^2) proporcionado por el software IRAMUTEQ – Fortaleza, CE, Brasil, 2023.

Clase 1 – Transición alimentaria

Este segmento, que representa el 20,79% del corpus total analizado, engloba palabras y términos cuyos valores de chi-cuadrado (χ^2) oscilan entre 17,7 (paciencia) y 46,92 (“fruta”). Otras palabras destacadas incluyen “Niño” ($\chi^2=42,98$), “Comida” ($\chi^2=42,53$) y “Difícil” ($\chi^2=34,83$). Además, el segmento incluye términos pertinentes como “Complementario”, “Adaptarse”, “Miedo”, “Nuevo” y “Paciencia”, con valores χ^2 que van desde 27,6 a 17,38.

Estos datos resaltan la relevancia estadística de dichas palabras y términos dentro de este segmento específico del corpus analizado, proporcionando información valiosa sobre el predominio e importancia de estas expresiones en el

contexto analizado, como se observa en algunas afirmaciones:

Con una vida ocupada, ya sea por exigencias profesionales, compromisos personales u otras responsabilidades, encontrar el tiempo y la energía necesarios para gestionar esta fase puede ser un desafío. No se trata sólo de elegir los alimentos adecuados, sino también de observar las reacciones del bebé a cada nuevo alimento, preparar comidas equilibradas y nutritivas e incluso afrontar los inevitables rechazos y preferencias del niño.(P5)

Este momento en medio del ajetreo diario es, sin duda, una tarea compleja. Sin embargo, con la información, el apoyo y la planificación adecuados, es posible garantizar una nutrición saludable para nuestros niños, permitiéndoles crecer de forma robusta y saludable.(P7)

Clase 2 – Dificultad para introducir alimentos

Este segmento, que abarca el 28,3% del total del corpus analizado, se centra en la transición de la lactancia materna y/o fórmulas lácteas a la introducción de alimentos sólidos en la dieta del niño. El análisis revela una variedad de términos con diferentes niveles de significancia estadística, medidos por el valor x^2 .

El término “otra vez” tiene un x^2 de 19,70, mientras que “proceso” registra un valor de 54,49. Entre los términos más significativos están “proceso”, “facilidad” y “conocimiento”. Otros términos notables incluyen “facilidad” ($x^2=48,71$), “conocimiento” ($x^2=47,33$) y “preguntas” ($x^2=26,58$), así como palabras como “desafío”, “introducción”, “cambios” y “cantidad”, con valores de x^2 que van desde 19,02 a 25,03. En este contexto, algunas experiencias individuales ilustran la complejidad de la transición:

En el momento del embarazo, mis conocimientos sobre la lactancia materna eran limitados, más aún sobre el inicio de las comidas. Luego recibí consejos de amigos y consulté algunas lecturas sobre el tema. Sin embargo, estos recursos no sustituyen la orientación profesional. Para comprender verdaderamente la lactancia materna, es vital experimentar y enfrentar sus desafíos.(P1)

Durante mi embarazo, sentí que una preparación más adecuada habría hecho que mi

experiencia de amamantar fuera más fácil. La introducción de los alimentos, cuando llegó el momento, fue suave, pero requirió mucha paciencia por mi parte.(P4)
Me dediqué a investigar los beneficios de la lactancia materna durante el embarazo, tanto para mí como para mi hijo. Durante esta fase, una red de apoyo efectiva es crucial, dados los importantes cambios físicos y emocionales.(P5)

Comprender los términos y conceptos asociados a esta transición, así como las experiencias personales compartidas, resaltan la importancia de contar con el apoyo adecuado e información precisa durante este importante período.

Clase 3 - Pautas para la introducción de alimentos

La lactancia materna y la introducción de alimentos son aspectos importantes en el desarrollo infantil, como lo evidencia el análisis de un segmento que representa el 20,8% del corpus total. En este análisis surgen términos y conceptos con diferentes grados de relevancia estadística, indicados por el valor de x^2 . El término “Cuidado” tiene un x^2 de 55,1, mientras que “humano” tiene 16,8. Otras palabras que destacan son “cambios” ($x^2=50,9$), “entender” ($x^2=45,7$) y “planificar” ($x^2=34,6$).

Además de estas palabras, aparecen términos como “recibir”, “calificado”,



“promocionar” y “gestionar”, con valores x^2 que van desde 28,8 a 22,70. Más que simples estadísticas, las experiencias narradas son fundamentales para tener una visión completa. Ilustran los desafíos y aprendizajes en El viaje de la lactancia materna y la introducción de alimentos sólidos:

En ese momento, mis conocimientos sobre la lactancia materna eran limitados. A pesar de los consejos de amigos y algunas lecturas, me di cuenta de que la orientación profesional es irremplazable. La verdadera comprensión de la lactancia materna surge al experimentar y superar sus desafíos.(P1)

Durante el embarazo, me di cuenta de que tener una preparación más estructurada e información detallada podría haber enriquecido mi experiencia de lactancia. La etapa de introducción de los alimentos fue tranquila, pero aún así requirió de mucha paciencia por mi parte.(P4)

Durante el embarazo, profundicé en la investigación sobre la lactancia materna, sopesando los beneficios para mí y para mi bebé. Esta etapa de la maternidad demanda de una red de apoyo robusta, ya que presenta desafíos que afectan nuestra privacidad y transformaciones físicas.(P5)

Estos informes destacan la naturaleza multifacética de la introducción de alimentos, resaltando la importancia de un apoyo adecuado, información precisa y la valoración de las experiencias vividas.

Clase 4 – Aceptación de alimentos

Este segmento, que corresponde al 30,19% del corpus total analizado, incluye palabras y términos con valores de chi-cuadrado (x^2) que van desde 19,70 para 'again' hasta 47,30 para 'lunch'. Entre las palabras clave se incluyen «almuerzo» ($x^2=47,30$), «oferta» ($x^2=40,86$) y «merienda» ($x^2=40,55$). Además, el segmento contiene términos relevantes como ‘más’, ‘vegetal’, ‘consumir’, ‘dificultad’, ‘miedo’ y ‘cara’, con valores x^2 que van desde 40,55 a 22,07.

En este segmento se destaca la importancia de la fase de alimentación complementaria en la vida de los niños, enfatizando los desafíos y tácticas adoptadas por los padres para asegurar una alimentación equilibrada. Las experiencias varían, como lo demuestran los testimonios:

Por la mañana le ofrezco papilla, pero no siempre muestra interés. Por la noche, las uvas moradas y las peras son sus preferencias.(P1)

Para el almuerzo le sirvo carne, verduras y arroz, pero no muestra mucho apetito. Sin embargo, a la hora de la merienda se muestra más receptivo a opciones diferentes, como papillas, zumos naturales o galletas.(P3)

Fue un reto, pero con creatividad y persistencia logré introducir nuevos alimentos y poco a poco se fue adaptando. No fue un proceso sencillo, pero finalmente logramos superar esa fase.(P7)

En este diálogo se evidencia el compromiso de los padres por introducir nuevos alimentos en la dieta de su hijo. Se enfrentaron a desafíos, pero con creatividad y persistencia lograron que el niño se adaptara paulatinamente. Introducir alimentos no es una tarea fácil, como lo sugiere el enunciado (P7), pero con determinación fue posible avanzar en esta importante fase.

Análisis de similitud

Para mejorar la exploración de los datos recopilados, se utilizó un análisis de similitud. Mediante esta técnica, basada en la teoría de las bifurcaciones, es posible discernir las relaciones entre palabras, identificando la conectividad entre ellas. Este enfoque ayuda a comprender la estructura intrínseca de un corpus textual.

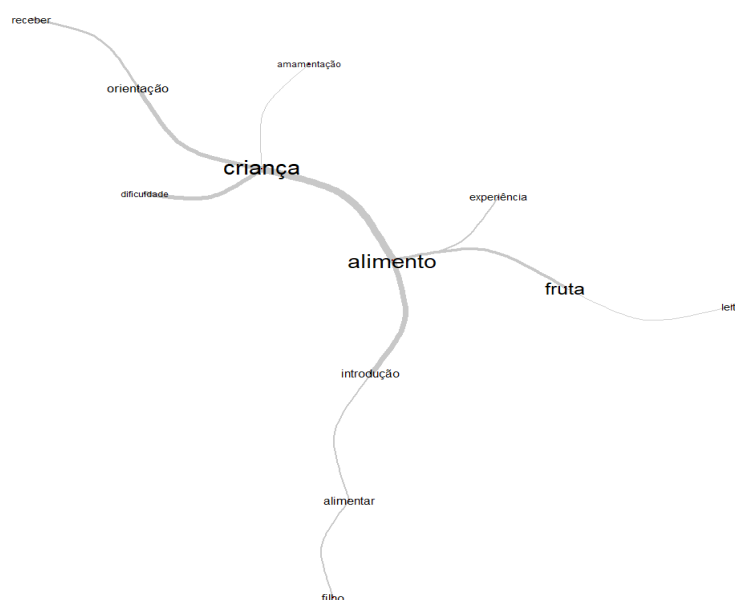


Figura 2. Análisis de similitud de entrevistas semiestructuradas realizadas con padres, proporcionadas por el software IRAMUTEQ – Fortaleza, CE, Brasil, 2023.

Al observar el análisis, se observan cuatro términos que resuenan con mayor intensidad en los discursos analizados: «Niño», «dificultad», «comida», «fruta». A partir de estos términos centrales, se destacan otras palabras, aclarando matices y

subtemas relacionados (como se ilustra en la Figura 2).

DISCUSIÓN

Al mantener una alimentación complementaria adecuada hasta los dos años, no solo promovemos un desarrollo

robusto, sino que también ayudamos a prevenir enfermedades, alergias alimentarias y obesidad, así como la lactancia materna exclusiva hasta los seis meses es importante para el crecimiento saludable del niño. Además, los beneficios de la lactancia materna y una nutrición adecuada perduran desde la infancia hasta la edad adulta. El estudio¹⁵ también destaca la influencia positiva de la lactancia materna en el desarrollo cognitivo del niño.

Además de la cuestión de la lactancia materna, otra fase en la nutrición infantil es la transición a los alimentos sólidos. Al abordar esta transición, es fundamental que los padres elijan un método que se ajuste a sus conocimientos, disponibilidad y contexto. Esta fase del desarrollo infantil está llena de expectativas, desafíos y descubrimientos. En 2023, una encuesta mostró que muchos padres se sienten ansiosos durante esta transición, destacando la necesidad de una orientación nutricional clara que respete sus realidades individuales y enfatizando la importancia de contar con un apoyo profesional adecuado.¹⁶

En nuestro análisis, categorizamos las principales discusiones en diferentes clases para una mejor comprensión. En la clase 1 se destacan términos como “fruta”, “niño”, “alimento”, “difícil”, “complementario” y “adaptar”, que reflejan las preocupaciones e incertidumbres inherentes a esta fase de la nutrición infantil. Sin embargo, entendemos

que, con una planificación e información adecuadas, estos obstáculos pueden superarse eficazmente, garantizando una alimentación equilibrada para los jóvenes.¹⁷

Es importante destacar que, durante el crecimiento, los hábitos alimentarios de los niños pueden sufrir cambios considerables. Sin embargo, la importancia del aprendizaje temprano y de algunas prácticas sociales, que inicialmente se establecen en el entorno doméstico, tienden a permanecer a lo largo de la vida.¹⁸

La clase 2 retrata la complejidad de la alimentación infantil. Las narrativas individuales revelan desafíos diarios, con énfasis en la preparación y el apoyo. Este período en el que los niños comienzan a consumir alimentos sólidos y líquidos, además de la leche materna. Este paso es importante porque, con el crecimiento acelerado, la leche materna por sí sola no puede satisfacer todas las demandas nutricionales. En esta etapa, el niño comienza a mostrar signos de preparación, como interés por la comida de adultos, capacidad para mantener la cabeza erguida, erupción de los primeros dientes y capacidad de agarrar la comida con movimientos de pinza de los dedos.¹⁹

La clase 3 enfatiza la lactancia materna y la fase de transición de la alimentación. Las madres, identificadas como P1, P4 y P5, destacan el significado esencial de la orientación y el apoyo de



profesionales especializados. Según un estudio publicado en 2023, muchos cuidadores se sienten inseguros durante esta etapa de la vida de un niño, lo que reitera la necesidad de una orientación cuidadosa y personalizada por parte de los nutricionistas.¹⁶ En la Clase 4, hubo una representación del 30,19% del corpus analizado, esta clase se destaca como la más expresiva. Destaca los desafíos inherentes a la alimentación infantil, enfatizando la criticidad de la fase de alimentación complementaria para el desarrollo saludable de los niños.

Los aspectos emocionales, socioeconómicos, culturales y familiares juegan un papel esencial en la conducta alimentaria infantil. Frente a la multiplicidad de desafíos, es necesario el apoyo de los profesionales de la salud, incluidos nutricionistas y pediatras.²⁰ Temas emergentes, como la obesidad con causas multifactoriales, son motivo de preocupación en muchas sociedades. Por tanto, es necesario un abordaje multidisciplinar de la transición alimentaria infantil, que involucre no sólo a los profesionales sanitarios, sino también a padres y educadores.

Esta perspectiva muestra que la transición dietética es un proceso complejo que requiere la colaboración de varios profesionales.²¹ Además, es esencial que los padres sean persistentes al introducir

nuevos alimentos. La repetición y variación en la preparación, que pueden alterar la textura, el sabor y la apariencia, son estrategias, ya que algunas variantes pueden ser más aceptables para los niños.²²

En el discurso de los padres, los términos “niño”, “dificultad”, “comida” y “fruta” se destacan como puntos centrales, resaltando las principales preocupaciones de los padres. La relevancia que se le da a la “dificultad” sugiere desafíos que surgen durante el período de transición dietética. Al mismo tiempo, la mención de “fruta” puede sugerir su importancia y valor en la dieta de los niños. Para evitar u optimizar el problema de la selectividad alimentaria, algunos enfoques recomendados son: exposición repetida a nuevos alimentos, que los padres actúen como modelos a seguir al consumir frutas, verduras y otros alimentos nuevos, además de promover experiencias sociales positivas durante las comidas.²³

Los resultados de este análisis indican que, aun reconociendo la relevancia de la fruta en la dieta, los padres a menudo enfrentan desafíos en su introducción y posterior aceptación por parte de los niños. Esta dinámica pone de relieve la importancia de la metodología y el enfoque adoptados por los responsables durante los periodos de comida. La literatura sugiere que, para la promoción efectiva de hábitos alimentarios saludables y la inclusión constante de frutas y verduras en las dietas



de los niños, es imperativo que los padres participen activamente en los horarios de las comidas, adopten un enfoque paciente y eviten una presión excesiva sobre el niño en el entorno alimentario.²⁴

Comprender las perspectivas de los padres sobre la alimentación infantil es esencial para dar forma a la práctica clínica, las políticas de salud y el apoyo comunitario. En la práctica clínica, permite el asesoramiento personalizado, la formación continua y la detección precoz de problemas. Las políticas de salud pueden beneficiarse de campañas informadas y directrices apropiadas. En términos de apoyo comunitario, fomenta la formación de grupos de apoyo, asociaciones educativas y eventos comunitarios. Este enfoque centrado en el parentesco garantiza que los bebés desarrollen hábitos alimentarios saludables y duraderos.

Este estudio tiene algunas limitaciones que deben considerarse al interpretar los resultados. En primer lugar, la muestra estaba compuesta principalmente por parejas casadas, con un promedio de dos hijos. Esta característica puede limitar la representación de la diversidad de la población general, especialmente en términos de dos hijos, diferentes configuraciones familiares, estatus socioeconómico, etnias y orientaciones sexuales.

CONCLUSIÓN

El análisis de los datos revela una intensa preocupación de los padres por el bienestar y el crecimiento saludable de sus hijos. La fase de transición alimentaria surge como un hito decisivo, plagado de desafíos, reflexiones y momentos de profundo significado. Esta etapa fortalece el vínculo entre madre y bebé, respetando y siendo paciente con el momento de descubrimiento del niño. Las experiencias relatadas por varios padres resaltan la importancia de un apoyo adecuado, acceso a información clara y un enfoque paciente a la hora de gestionar esta fase crucial.

La transición alimentaria suele ser percibida por los padres como un período difícil y lleno de significados diferentes. Está diseñado a través de desafíos nutricionales y conductuales, cambios en la dieta del niño, introducción de nuevos alimentos y texturas y adaptación a nuevos patrones de alimentación. Además, involucra aspectos emocionales y psicológica, reflejando preocupaciones sobre la nutrición adecuada, el desarrollo de la independencia alimentaria del niño y la creación de hábitos alimentarios saludables. Por lo tanto, esta transición no es sólo un cambio de dieta, sino un período importante de crecimiento y aprendizaje tanto para el niño como para los padres.



Expresiones de gratitud

Coordinación de Perfeccionamiento de Personal de Nivel Superior (CAPES - Coordinación de Perfeccionamiento de Personal de Nivel Superior). (CNPQ - Consejo Nacional de Desarrollo Científico y Tecnológico).

REFERENCIAS:

1. Ministério da Saúde (Brasil). Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos [Internet]. Brasília, DF: Ministério da Saúde; 2019 [citado em 19 mai 2025]. 265 p. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quer-me-alimentar-melhor/Documentos/pdf/guia-alimentar-para-criancas-brasileiras-menores-de-2-anos.pdf/@download/file>
2. Silva ACF, Motta ALB, Casemiro JP, organizadoras. Alimentação e nutrição na atenção básica: reflexões cotidianas e contribuições para prática do cuidado [Internet]. Rio de Janeiro: EDUERJ; 2021 [citado em 19 mai 2025]. Disponível em: <https://books.scielo.org/id/q5fn4/pdf/silva-9786587949116.pdf>
3. Schneider N, Mainardi F, Budisavljević S, Rolands M, Deoni S. Associations between early life nutrient intakes and brain maturation show developmental dynamics from infancy to toddlerhood: a neuroimaging observation study. *J Nutr.* [Internet]. 2023 [citado em 19 mai 2025]; 153(3):897-908. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10196598/pdf/main.pdf>
4. Kadosh KC, Muhardi L, Parikh P, Basso M, Mohamed HJJ, Prawitasari T, et al. Nutritional support of neurodevelopment and cognitive function in infants and young children - an update and novel insights. *Nutrients* [Internet]. 2021 [citado em 19 mai 2025]; 13(1):199. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7828103/pdf/nutrients-13-00199.pdf>
5. Cardoso ER, Ferreira JCS. A importância da alimentação de crianças nos primeiros dois anos de vida. *Res Soc Dev.* [Internet]. 2022 [citado em 19 mai 2025]; 11(7):e24611729822. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/29822/25831/342337>
6. Nunes BS, Gubert MB, Bortolini GA. As recomendações oficiais sobre amamentação e alimentação complementar são acessíveis e conhecidas pelos profissionais de saúde brasileiros? *Demetra (Rio J)* [Internet]. 2019 [citado em 19 mai 2025]; 14:e43327. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/demetra/article/view/43327/31111>
7. Santos FS, Silva Júnior AFB, Lima JPS, Fontoura VM, Santos FAAS, Neto MS. Prácticas alimentarias entre niños menores de un año ingresados en hospital público. *Enferm Glob.* [Internet]. 2019 [citado em 14 set 2022]; 18(53):476-87. Disponível em: https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v18n53/pt_1695-6141-eg-18-53-464.pdf
8. Giesta JM, Zoche E, Corrêa RS, Bosa VL. Fatores associados à introdução precoce de alimentos ultraprocessados na alimentação de crianças menores de dois anos. *Ciênc Saúde Colet.* [Internet]. 2019 [citado em 19 mai 2025]; 24(7):2387-97. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/csc/v24n7/1413-8123-csc-24-07-2387.pdf>
9. Alarcão A, Diniz S, Milena Porto Tomaz, Paixão P, Souza TQ, Khalil T. Impacto da alimentação no crescimento e desenvolvimento infantil. *Brazilian Journal of Health Review* [Internet]. 2023 [citado em 19 mai 2025]; 6(4):18961-9. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/62539/45005>
10. Neves FS, Romano BM, Campos AAL, Pavam CA, Oliveira RMS, Cândido APC,



- et al. Percepções de profissionais de saúde brasileiros acerca da prática do método Baby-Led Weaning (BLW) para alimentação complementar: um estudo exploratório. *Rev Paul Pediatr.* [Internet]. 2021 [citado em 18 nov 2021]; 40:e2020321. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/xz9fKW5MjbWymb36TBDq8Zr/?format=pdf&lang=pt>
11. Oliveira FTC, Santos ASSP, Pantoja APR, Santos MB. Método Baby-Led Weaning (BLW) como estratégia na introdução alimentar. *Revista Arquivos Científicos (IMMES)* [Internet]. 2023 [citado em 8 dez 2023]; 6(1):1-13. Disponível em: <https://arqcientificosimmes.emnuvens.com.br/abi/article/view/568>
12. Were FN, Lifschitz C. Complementary feeding: beyond nutrition. *Ann Nutr Metab.* [Internet]. 2018 [citado em 19 mai 2025]; 73(Suppl 1):20-5. Disponível em: <https://karger.com/anm/article-pdf/73/Suppl.%201/20/4007264/000490084.pdf>
13. Souza MAR, Wall ML, Thuler ACMC, Lowen IMV, Peres AM. O uso do software IRAMUTEQ na análise de dados em pesquisas qualitativas. *Rev Esc Enferm USP* [Internet]. 2018 [citado em 19 mai 2025]; 52:e03353. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/pPCgsCCgX7t7mZWfp6QfCcC/?format=pdf&lang=pt>
14. Minayo MCS. Amostragem e saturação em pesquisa qualitativa: consensos e controvérsias. *Revista Pesquisa Qualitativa* [Internet]. 2017 [citado em 8 dez 2023]; 5(7):1-12. Disponível em: <https://editora.sepq.org.br/rpq/article/view/82/59>
15. Cirilo AMF, Mangabeiro GMS, Braga MJS, Santos ACCP. Importância do leite materno e introdução alimentar. *Res Soc Dev.* [Internet]. 2022 [citado em 19 mai 2025]; 11(15):e381111537510. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/37510/31114>
16. Mendes ABD, Oliveira BNF, Oliveira FCM, Domingos LCA. Orientações da introdução alimentar em puericultura realizadas em uma unidade básica de saúde de Mossoró RN: relato de experiência. *Rev Ciênc Plur.* [Internet]. 2023 [citado em 19 mai 2025]; 9(2):1-13. Disponível em: <https://periodicos.ufm.br/rcp/article/view/32536/17303>
17. Cunha LCS, Correa MF, Silva MN, Freitas FMNO, Ferreira JCS. Consequências do desmame precoce para saúde da criança. *Rev Fisio&Terapia* [Internet]. 2022 [citado em 19 mai 2025]; 26(116):94. Disponível em: <https://zenodo.org/records/7275394/files/CONSEQU%C3%84NCIAS%20DO%20ESMAME%20PRECOCE%20PARA%20SA%C3%94DE%20DA%20CRIAN%C3%87A%20%E2%80%93%20ISSN%201678-0817.pdf?download=1>
18. Santos JM, Coelho TAA, Silva RFG. Fatores que interferem na formação do hábito alimentar saudável na infância: uma revisão bibliográfica. *Revista Científica do UBM* [Internet]. 2023 [citado em 19 mai 2025]; 25(48):80-94. Disponível em: <https://revista.ubm.br/index.php/revistacientifica/article/view/1422/390>
19. Porto JP, Bezerra VM, Pereira Netto M, Rocha DS. Aleitamento materno exclusivo e introdução de alimentos ultraprocessados no primeiro ano de vida: estudo de coorte no sudoeste da Bahia, 2018. *Epidemiol Serv Saude* [Internet]. 2021 [citado em 19 mai 2025]; 30(2):e2020614. Disponível em: <http://scielo.iec.gov.br/pdf/ess/v30n2/2237-9622-ess-30-02-e2020614.pdf>
20. Leandro CA, Santos MSN, Santos AS, Rodrigues LN, Silva VMGN, Freitas SHN, et al. Conhecimento e práticas maternas sobre alimentação complementar em crianças de zero a dois anos de idade. *Res Soc Dev.* [Internet]. 2022 [citado em 19 mai 2025]; 11(12):e14111233986. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/33986/28785>



21. Moura ALC. A educação alimentar e nutricional como estratégia para a prevenção da obesidade infantil. *Res Soc Dev*. [Internet]. 2023 [citado em 19 mai 2025]; 12(9):e1512943100. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/43100/34756>
22. Fries LR, Van der Horst K. Parental feeding practices and associations with children's food acceptance and picky eating. In: Nicklas TA, Nicklaus S, Henry CJ, editors. *Nurturing a healthy generation of children: research gaps and opportunities* [Internet]. Basel, CH: Karger; 2019 [citado em 19 mai 2025]; 91:31-9. Disponível em: <https://karger.com/books/book/chapter-pdf/1988172/000493676.pdf>
23. Taylor CM, Emmett PM. Picky eating in children: causes and consequences. *Proc Nutr Soc*. [Internet]. 2019 [citado em 19 mai 2025]; 78(2):161-9. Disponível em: <https://www.cambridge.org/core/services/aop-cambridge-core/content/view/34921F967B9F37046962CA866DC199C3/S0029665118002586a.pdf/picky-eating-in-children-causes-and-consequences.pdf>
24. Liu X, Zhou Q, Clarke K, Younger KM, An M, Li Z, et al. Maternal feeding practices and toddlers' fruit and vegetable consumption: results from the DIT-Coombe Hospital birth cohort in Ireland. *Nutr J*. [Internet]. 2021 [citado em 19 mai 2025]; 20:84. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8524861/pdf/12937_2021_Article_743.pdf

RECIBIDO: 12/12/24

APROBADO: 14/03/25

PUBLICADO: 05/2025

