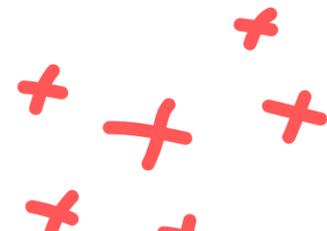
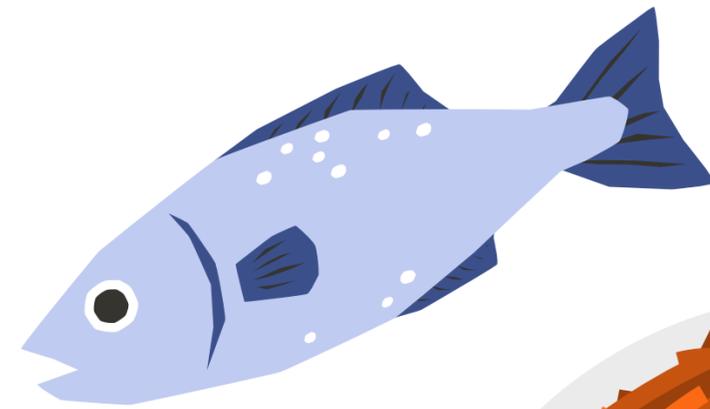
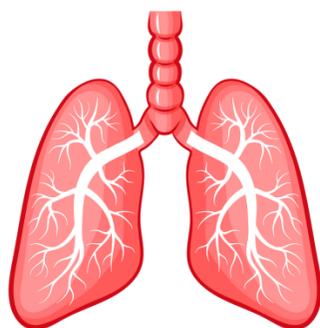


Logopeda 15/0965  
Jessica Blanco

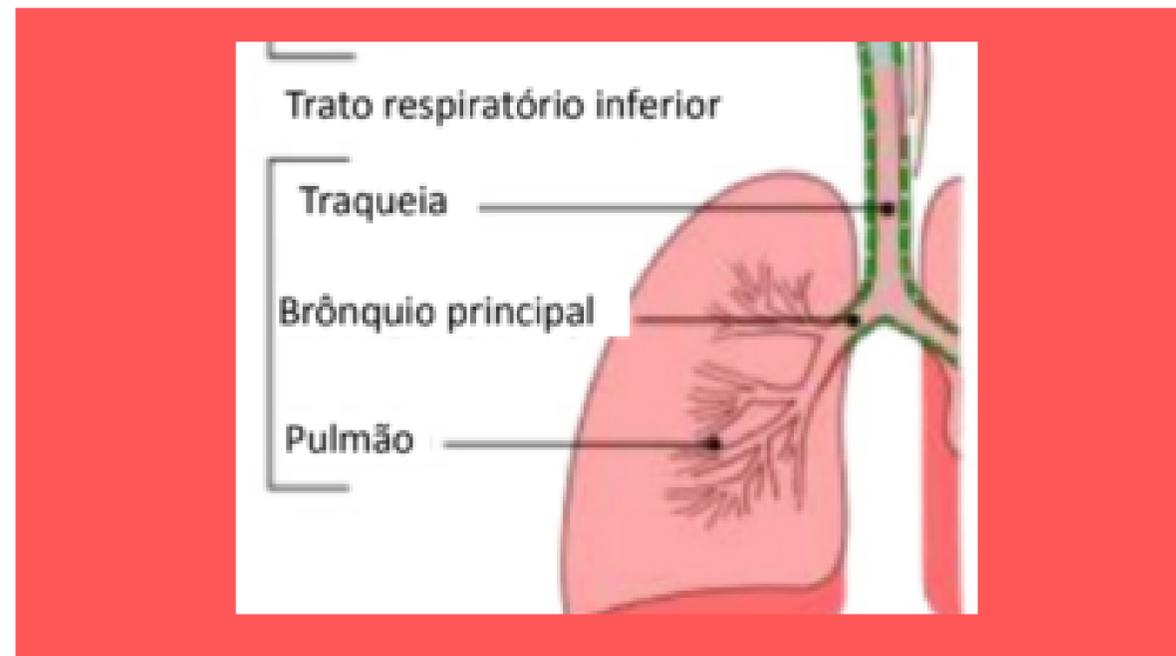
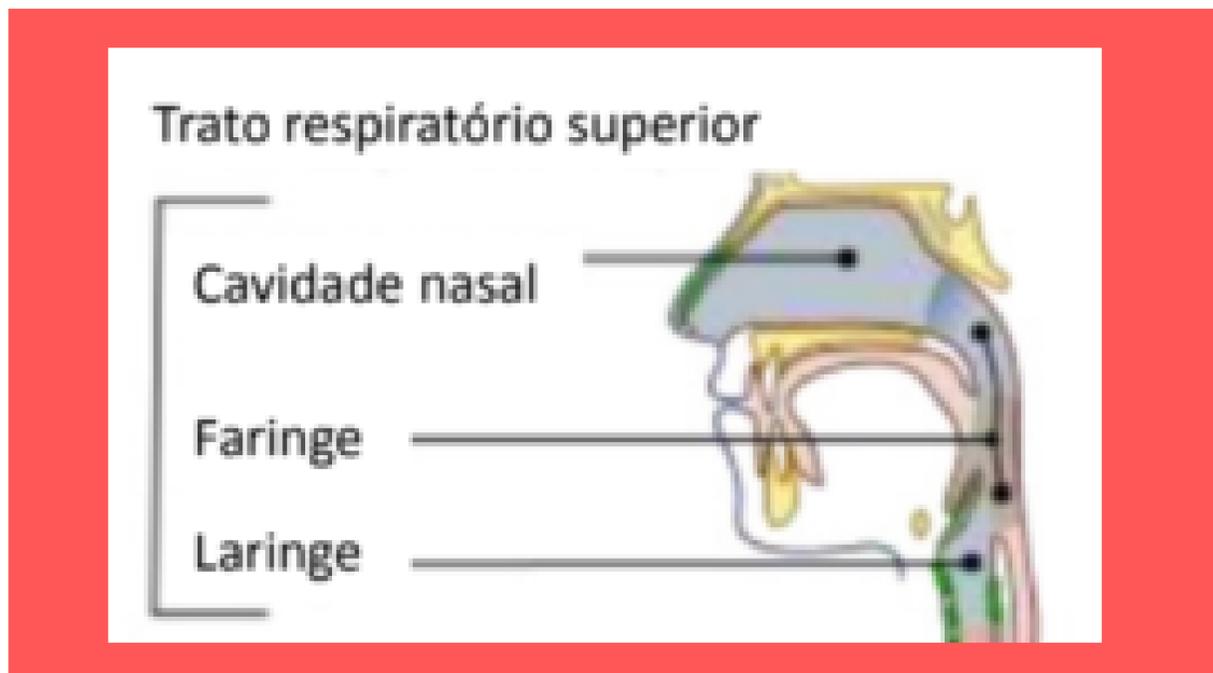
# DISFAGIA

Guía breve para afectados y familiares





# SISTEMA RESPIRATORIO



Va desde la nariz y la boca hasta las cuerdas vocales, incluye la zona de la faringe y la laringe

Formada por la tráquea, los bronquios y sus ramificaciones en el interior de los pulmones (los bronquiolos).



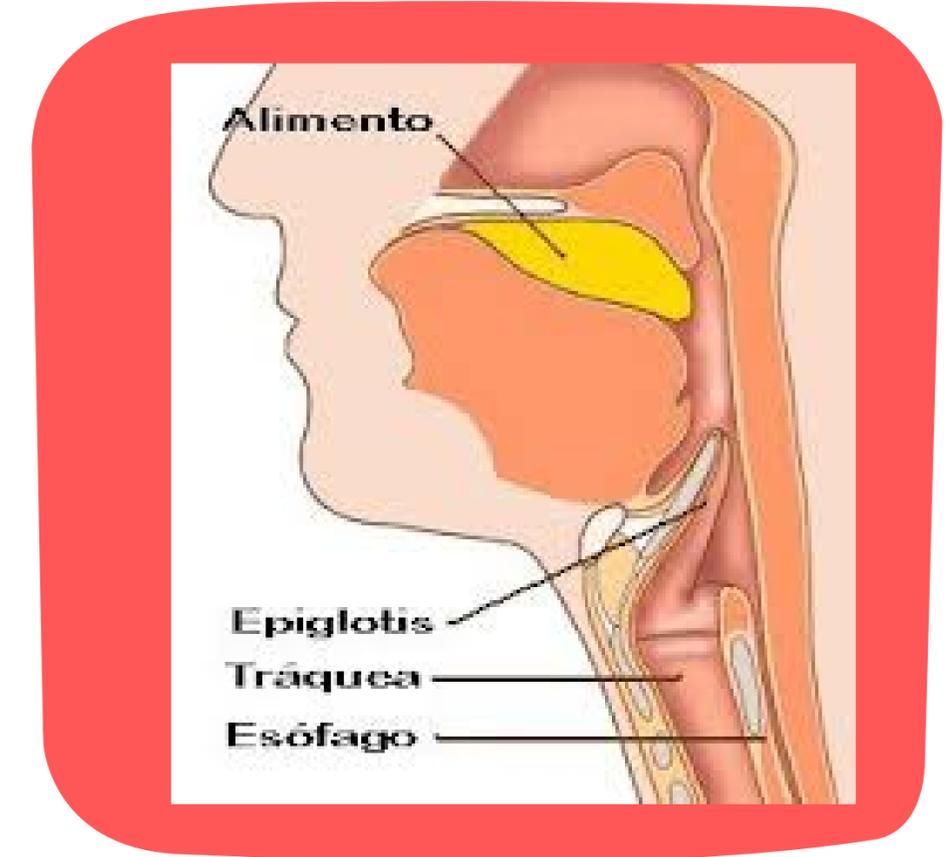
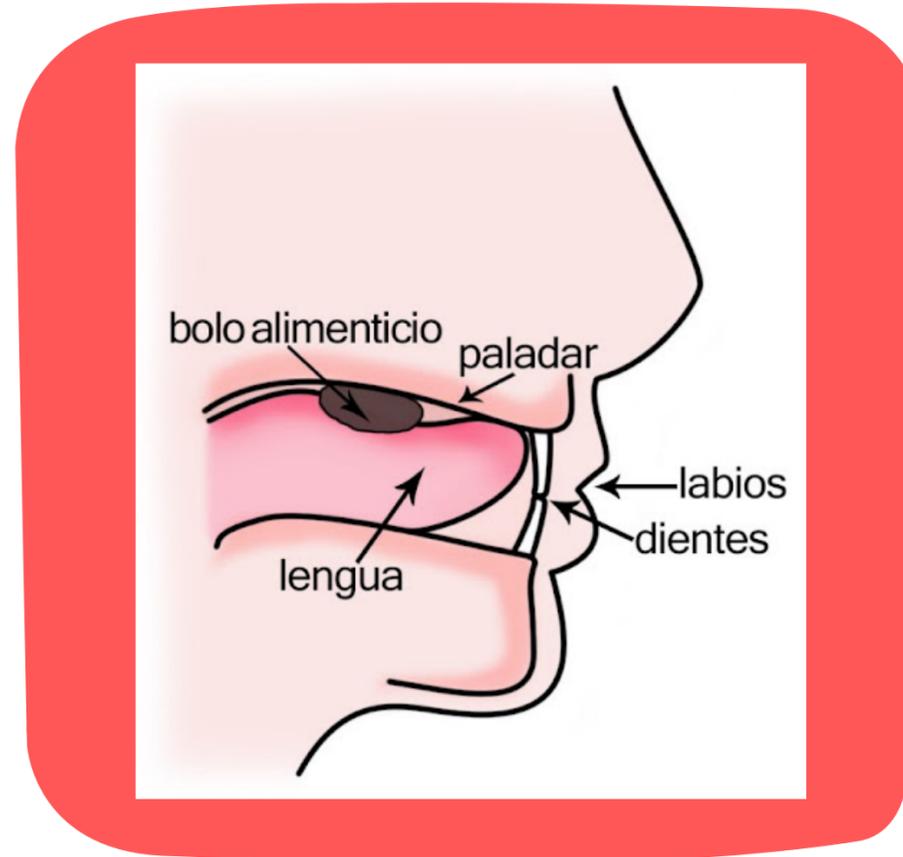
## Via Aérea Superior

## Via Aérea inferior





# DEGLUCIÓN



Los dientes trituran y pican los alimentos para hacer el bolo de alimento.

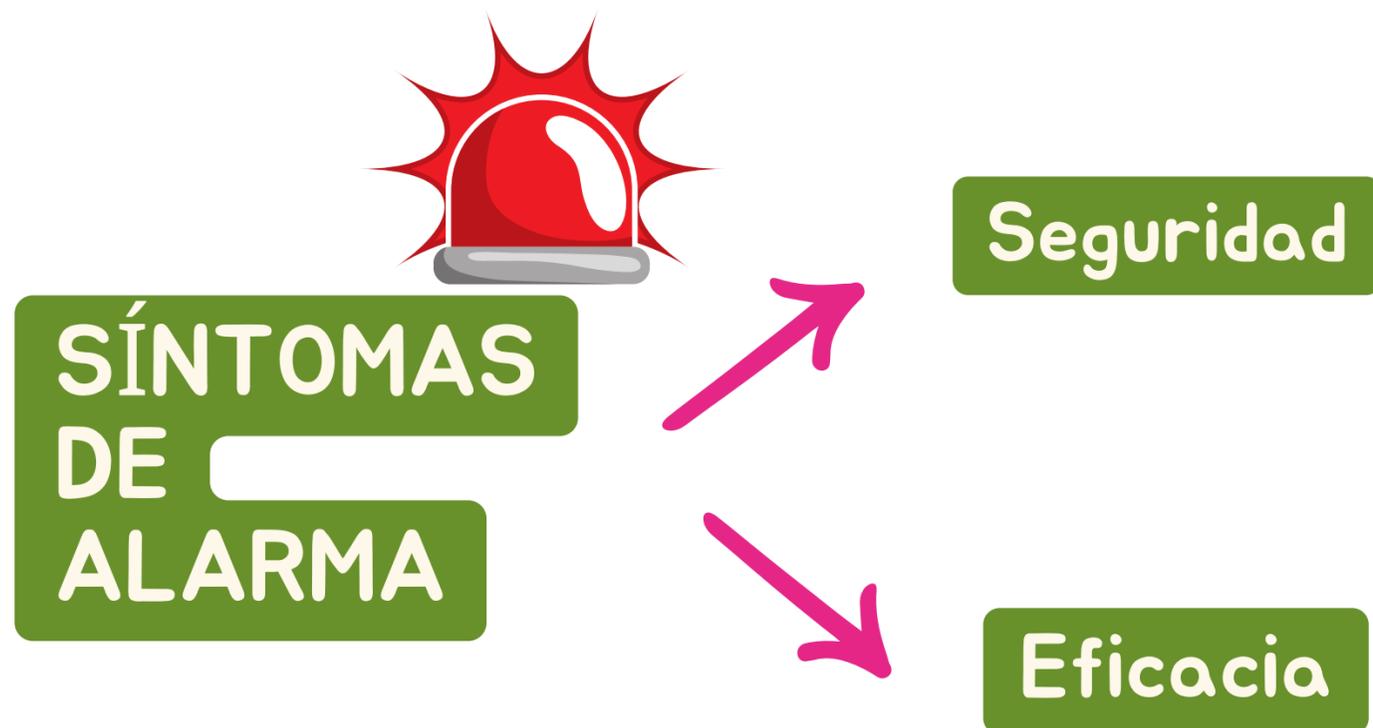
La lengua empuja los alimentos (el bolo) a la parte de atrás de la garganta para que baje por el esófago y llegue al estómago

Una vez pasa de la parte de atrás de la garganta, la epiglotis se dobla sobre la laringe y tapa la entrada a la tráquea, esto evita que los alimentos vayan a vía aérea.

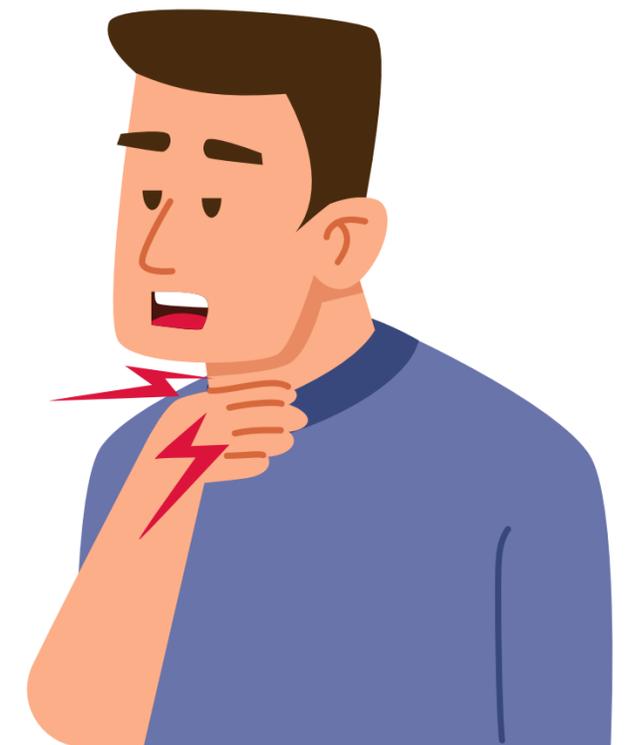


# ¿QUÉ ES LA DISFAGIA?

Es la incapacidad o dificultad para tragar alimentos de forma eficaz (de una sola vez) y segura (sin atragantarse).



- Tose durante o después de la comida
- Cambios en la voz
- Dificultad para respirar después de comer
- Infecciones respiratorias de repetición
  
- Salivación excesiva o resto de alimentos en boca
- Dificultad para tragar
- Tragar varias veces



# RECOMENDACIONES GENERALES

Hasta un 50% de los pacientes que aspiran desarrollan neumonía por aspiración

✓ Repartir la comida en cinco o seis tomas al día

✓ De bocados pequeños

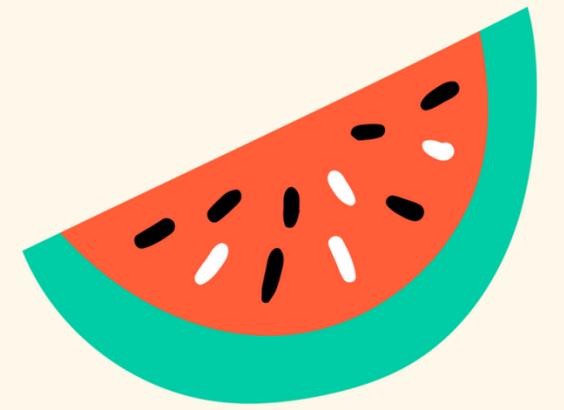
✓ Mantenga un ambiente tranquilo

✓ Mantenga siempre una buena higiene oral

✓ Evite alimentar a la persona cuando este acostada



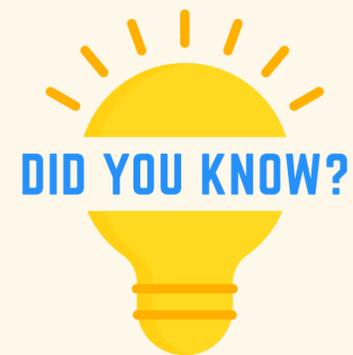
# RECOMENDACIONES GENERALES



✓ Las comidas se deben repartir en: un desayuno, media mañana, comida, merienda, cena y recena.

✓ El paciente debe estar con el tronco erguido y esperar 15 minutos en esa posición después de comer.

✓ Evitar distracciones (radio, hablar, televisión) e intentar que las comidas no se alarguen más de 30 minutos para evitar el cansancio



✓ Lavar los dientes y utilizar enjuague oral treinta minutos antes de las comidas y posterior a la ingesta, volver a limpiar.

✓ Utilizar un tenedor pequeño o cucharilla para ingerir cantidades menores a las habituales



# ADAPTACIONES

De acuerdo con los resultados obtenidos en la evaluación y la gravedad de la disfagia, se podrán realizar adaptaciones en busca de la textura adecuada para el paciente. Se podrán realizar adaptaciones en alimentos sólidos, líquidos y medicamentos.



**LÍQUIDOS**



**MEDICAMENTOS**



**SÓLIDOS**



**ESPESANTES**





# CONSISTENCIAS

Si el paciente presenta algún síntoma compatible con disfagia como puede ser: el babeo, ronquera, pérdida de peso, tos o moqueo durante la ingesta o después de ella, dolor o imposibilidad de tragar o sensación de cuerpo extraño en garganta, deberá ser valorado por un logopeda.

Si se precisa tratamiento pueden llevarse a cabo adaptaciones en la textura de los alimentos en busca de una mayor seguridad

## NÉCTAR

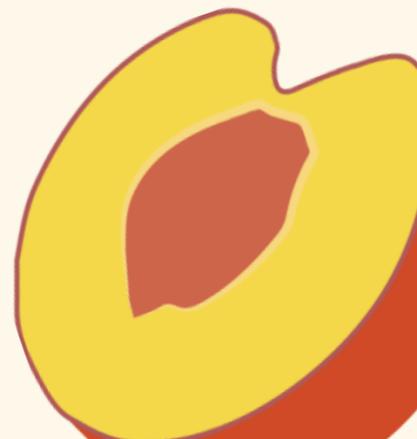
Puede beberse en vaso.  
Cuando se vierte cae en forma de líquido grueso.

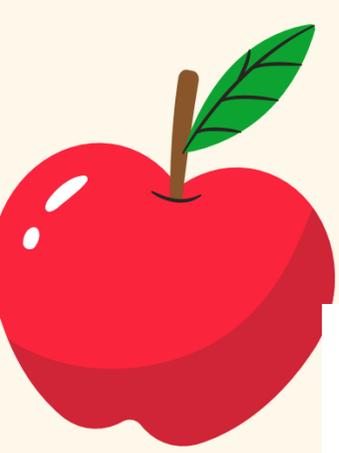
## MIEL

Cuando se vierte cae en forma de gotas gruesas sin perder la forma.  
Parecido a la consistencia de la miel

## PUDDING

Parecido a la gelatina o flan.  
Solo se puede tomar con cuchara y al caer mantiene la forma.





# ADAPTACIONES

Alto	Cuchara sopera	Medio	Cucharilla de postre	Bajo	Cucharilla de café
	15 ml		10 ml		5 ml

Las adaptaciones que se realicen en alimentos sólidos o líquidos no se centran únicamente en la viscosidad o textura del alimento, sino también, en la cantidad de líquido o sólido que pueda darse en la cuchara.

Existen otros métodos de adaptación de texturas que son:

- Aires: Técnica que utiliza un componente químico que hace que cuando entre aire en el alimento se produzcan burbujas, esto permite mantener el sabor en boca.
- Espumas: Técnica que se realiza con un sifón creando textura similar al mouse.





# TIPOS DE ESPESANTES

Los espesantes se utilizan para adaptar la textura de los alimentos adquiriendo la viscosidad necesaria para cada persona que tenga disfagia asegurando de esa manera, la seguridad de la deglución.

En la actualidad existen dos tipos de espesantes: Los Clásicos y los de Nueva generación.

## CLÁSICOS

Son a base de almidón (como harina, almidón de patata o de una mezcla de almidón y gomas. Pude generar texturas grumosas y con el tiempo de preparado pierden consistencia adquiriendo doble textura.

Pueden cambiar el color del las bebidas haciendo que no sean apetecibles

## DE NUEVA GENERACIÓN

Son a base de goma, tienen mejor resultado pues conservan las propiedades físicas, olfatorias, color, textura del alimento con respecto a los espesantes de almidón.

Mantienen estable la viscosidad de los alimentos y bebidas, incluso en cambios de temperatura. Requieren menos cantidad de producto.



# TIPOS DE ESPESANTES

Los espesantes se utilizan para adaptar la textura de los alimentos adquiriendo la viscosidad necesaria para cada persona con disfagia, asegurando la seguridad de la deglución. En la actualidad existen dos tipos de espesantes: Clásicos y los de Nueva Generación.

## ESPESESANTES NEUTROS

Pueden añadirse a cualquier líquido desde zumos o refrescos e incluso bebidas alcohólicas como vino.

## ESPESESANTES CON SABORES

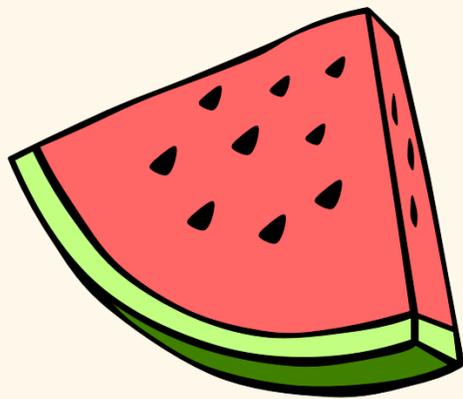
Misma utilidad que los espesantes neutros pero contienen sabor base (por ejemplo, sabor naranja), utilizados comúnmente para espesar agua y otorgarle sabor.



# IMPORTANCIA USO ESPESANTES

La utilización de espesantes permite modificar la textura y viscosidad de los alimentos haciendo de la deglución un proceso seguro.

**EL USO DE ESPESANTE  
PROVOCA IMPORTANTE  
REDUCCIÓN DE LOS  
CASOS DE NEUMONÍA  
POR ASPIRACIÓN**





# HIDRATACIÓN

Algunas manera de adaptar la viscosidad de los laimentos y obtener la misma seguridad que con el uso de espesantes son las siguientes opciones

## GELATINAS DE ALTA ESTABILIDAD

Se compran en farmacias, las gelatinas de supermercado no son recomendadas porque son de baja estabilidad (pierden consistencia en boca) y ponen en riesgo la seguridad de la persona que tiene disfagia.

## AGUAS GELIFICADAS O ESPESADAS

Suelen comercializarse en farmacias, las hay de distintos sabores y son un complementos importante para asegurar una adecuada hidratación.



Se debe hidratar adecuadamente al paciente, importante sobre todo en épocas de verano cuando hace más calor.

# ADAPTACIONES

1. ALIMENTOS SÓLIDOS
2. ALIMENTOS LÍQUIDOS
3. MEDICAMENTOS



## SOLIDOS

No se deben mezclar alimentos de diferente consistencia

Dar alimentos de fácil masticación

Añadir espesante si es necesario para una textura homogénea

Nos debemos asegurar de proporcionar los nutrientes adecuados



## ADAPTACIONES DE SÓLIDOS

Es de vital importancia adaptar la textura y el volumen del alimento según la valoración de la disfagia por un profesional.



## LÍQUIDOS

Evitar líquidos finos (Agua, caldos o infusiones) en su forma habitual. Utilizar espesantes

Alimentos fríos o calientes facilitan la deglución

No beba por paja y evite utilizar vasos altos

Evitar alimentos que suelten agua al morderlos.

## ADAPTACIONES DE LÍQUIDOS

Se pueden utilizar espesantes que permiten modificar la consistencia y lograr una textura segura:

- Consistencia Néctar
- Consistencia Miel
- Consistencia Pudding.



## MEDICAMENTOS

De manera general, sólo se pueden triturar los comprimidos sin cubierta y abrir las cápsulas de gelatina dura sin cubierta

Mezclar con alimentos blandos o agua con espesantes

Siempre que sea posible, se pueden administrar los comprimidos con pequeñas cantidades de alimento.

Si el medicamento no puede ser mezclado con alimentos, se puede tomar con agua con espesante para obtener la viscosidad aduceada

## ADAPTACIONES DE MEDICAMENTOS

El administrar medicamentos puede suponer un problema para los pacientes con disfagia. La ingesta del medicamento podría suponer una alteración en la seguridad o en la eficacia del proceso de deglución.

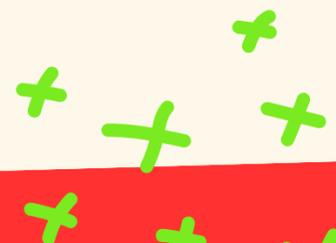


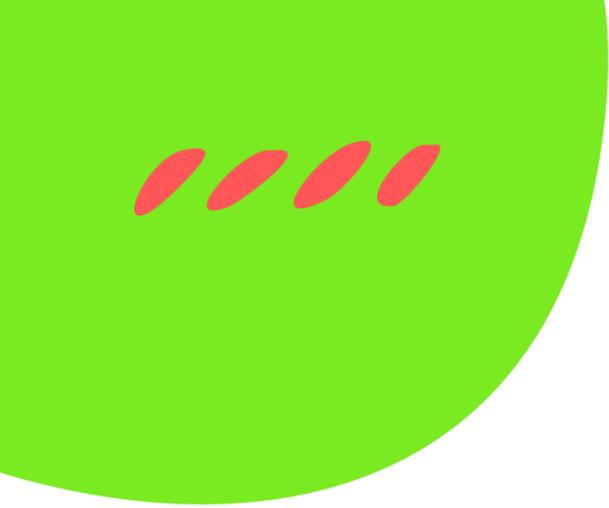
# UTILIZACIÓN DE ESPESANTES

La utilización de espesantes en las comidas puede traer consigo problemas de estreñimiento, es decir, disminución en la evacuación de las heces.

Es más frecuente en mujeres que en hombres, a su vez, la escasa toma de líquidos y los medicamentos provocan que aumente la probabilidad de sufrir estreñimiento.

Llevar una dieta rica en fibra (verduras y frutas) y un adecuado aporte de líquidos reduce la probabilidad de estreñimiento.





GRACIAS

