

CUIDADO CON LOS LIQUIDOS



Los líquidos finos (agua, caldos, zumos) pueden desviarse fácilmente hacia las vías respiratorias, aumentando el riesgo de aspiración y neumonía. se recomienda espesarlos con:

- Gelatinas 🍮
- Alimentos naturales (puré de frutas, yogur)
- Espesantes comerciales 🌿

TEXTURAS A EVITAR



- CONSISTENCIA MIXTA (sopa de pasta, leche con cereales,...) 
- ALIMENTOS CON FIBRA (piña, espárrago, jamón, lechuga) 
- FRUTAS CON PIEL O PEPITAS (uvas, fresas, tomate, legumbres con piel) 
- ALIMENTOS PEGAJOSOS (caramelos), crujientes (pan tostado, biscotes, patatas chips) y los que son duros (frutos secos, pan de cereales). 

¿QUÉ ES LA DISFAGIA?

La Disfagia es la dificultad para tragar alimentos, líquidos o saliva de forma segura.

CUÁNDO HAY QUE SOSPECHAR

Si hay tos o atragantamiento al comer, voz húmeda tras tragar, restos de comida en la boca o sensación de que la comida se queda atascada.

COMPLICACIONES

Desnutrición, deshidratación, infecciones respiratorias (neumonía por aspiración) y menor calidad de vida.

neurousal.usal.es



RECOMENDACIONES PARA EL MANEJO DE LA DISFAGIA

Por Ahmed Argoubi
LOGOPEDA



Equipo de investigación
NEUROSAL

RECOMENDACIONES PARA INGESTA VÍA ORAL



No usar pajitas o jeringa, usar vasos bajos con boca ancha



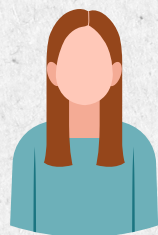
Come sentado con la espalda recta y la cabeza ligeramente hacia adelante.

LIMITED QUANTITY

Comer en pequeñas cantidades,.



Si hay dificultad para tragar, inclina la cabeza hacia adelante, nunca hacia atrás.



Mantén la cabeza en posición neutra o ligeramente inclinada hacia adelante al comer.

SÍNTOMAS DE ALARMA



Atragantamiento al comer o sensación de nudo



Tos durante o después las comidas



Deglución fraccionada y residuos en la boca



Necesidad de realizar varios intentos para poder tragar/ dolor



Pérdida de peso



Babeo

HIGIENE BUCAL



Limpieza eficaz: Barrer la lengua con depresor y gasa, de dentro hacia fuera.



Cepillo adecuado: Suave y del tamaño de la mandíbula.

⚠Precaución: No introducir los dedos en la boca sin guantes .



CARACTERÍSTICAS DE LAS TEXTURAS

● Ligeramente espesado (néctar)
✓ Fluye con facilidad, es más denso que el agua.
✓ Se logra añadiendo una pequeña cantidad de espesante.

● Moderadamente espesado (miel)
✓ Es más viscoso y fluye lentamente.
✓ Reduce el riesgo de aspiración.

● Extremadamente espesado (pudding o natilla)
✓ No fluye por sí solo.
✓ En casos de disfagia severa.

IMPORTANTE: CONSULTA CON UN PROFESIONAL PARA ELEGIR LA CONSISTENCIA ADECUADA