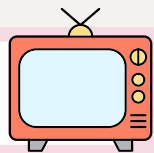


Medidas de seguridad ante la ingesta

Ambiente

- Relajado
- Sin distracciones



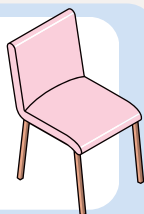
Atención

- No dar de comer si no está alerta



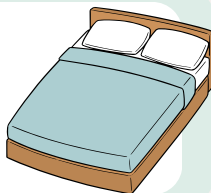
Silla

- Espalda recta y pies en suelo
- Respaldo corto para favorecer inclinación de barbilla



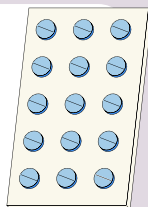
Cama

- 90°, cabeza ligeramente inclinada
- Después, a 30°-45° hasta 45min



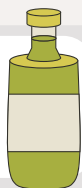
Comprimidos

- Evitar duros o resbaladizos
- Triturar hasta polvo y mezclar con agua (excepto sublinguales o cubierta entérica)



Jarabes

- Si viscosidad inferior a la requerida, mezclar con agua y espesante



Recomendaciones



Usar vajilla adaptada:

Vaso con boca especial y cuchara pequeña adaptada



Mejor tolerancia de **alimentos fríos o calientes** frente a tibios



Favorecer la estimulación sensorial con alimentos ácidos
(limón, piña, vinagre)



No utilizar:

jeringas, pajillas o botellas de tapón regulables



Alimentos blandos/ triturados uniformemente son más fáciles de tragar



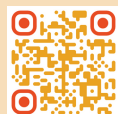
Comer sin prisas mínimo 30 min



Boca vacía entre cucharadas e higiene oral



App Deglufarm
Identifica fármacos de riesgo



Bibliografía



Recomendaciones

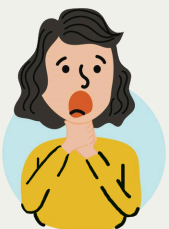
Disfagia orofaríngea

Sólidos



¿Qué es?

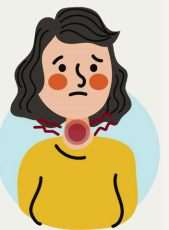
Dificultad para tragar alimentos sólidos por problemas al moverlos desde la boca hasta el esófago



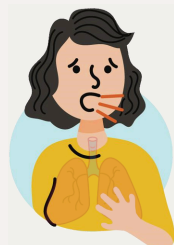
Atragantamiento



Tos



Dolor al tragar



Fiebre o infecciones respiratorias

Recetarios



Recetario tradicional vasco para personas con disfagia



Disfagia orofaríngea: Soluciones multidisciplinarias

Alimentos que debemos adaptar textura para prevenir complicaciones y hacer más segura la alimentación



Líquidos finos

Caldo, agua, infusiones o gelatinas

- Poner espesante para alcanzar la textura indicada



Dobles texturas

Leche con pan/cereales/galletas/magdalenas, sopa de pasta/arroz, yogur con trozos

- Poner pan/cereales/galletas/magdalenas hasta conseguir textura papilla
- Usar sopa de sémola de arroz/trigo y yogures con sabores o naturales



Con hebras

Frutas y verduras

- Triturar hasta puré, pasado por colador chino justo antes de consumir



Que desprenden líquido

Frutas jugosas (naranjas, pera de agua, melón, sandía)

- Plátano maduro machacado con el tenedor
- Manzana/pera asada o en compota / Papilla de fruta fresca



Que se derriten en la boca

Gelatinas comerciales, helados

- Agua gelificada o agua con espesante



Que no forman bolo

Arroz, legumbre entera, verdura doble capa (guisantes, habas, lechugas, espinacas)

- Arroz tipo risotto, hummus de legumbres o crema de verduras



Que se desmenuzan en la boca

Galletas, hojaldre, frutos secos, bizcochos duros

- Mezclar con leche y triturar hasta papilla



Pegajosos o que se impacten en la boca

Bollería, puré de patata espeso, leche condensada, miel, pan de molde

- Puré de patata con cebolla y mayonesa



Resbaladizos

Berberechos, almejas, guisantes

- Pastel de pescado o pastel de verduras



Texturas

IDDSI 5

Suave y picado (sólido triturado con trozos pequeños)

IDDSI 6

Blando y fácilmente masticable

IDDSI 7

Textura normal