

ALIMENTACIÓN SEGURA

La *Disfagia* es la dificultad para recoger alimentos del cubierto, manipularlos en la boca, y tragarlos.

Una incorrecta deglución puede dar lugar a neumonías, y a cuadros de desnutrición y deshidratación.

SIGNOS DE ALARMA

- Tos, carraspeo y atragantamientos
- Rechazo a la comida y expulsión de los alimentos
- Movimientos compensatorios (muecas, echar la cabeza hacia atrás..)
- Masticación MUY lenta y prolongada
- Restos de comida dentro de la boca
- Dificultades para mover el bolo alimenticio



CÓMO ACTUAR

- Vamos a garantizar:
- La seguridad (evitar atragantamientos y aspiraciones)
 - Nutrición e hidratación suficientes

EQUIPO ESPECIALIZADO EN DISCAPACIDAD FÍSICA

ALIMENTACIÓN SEGURA

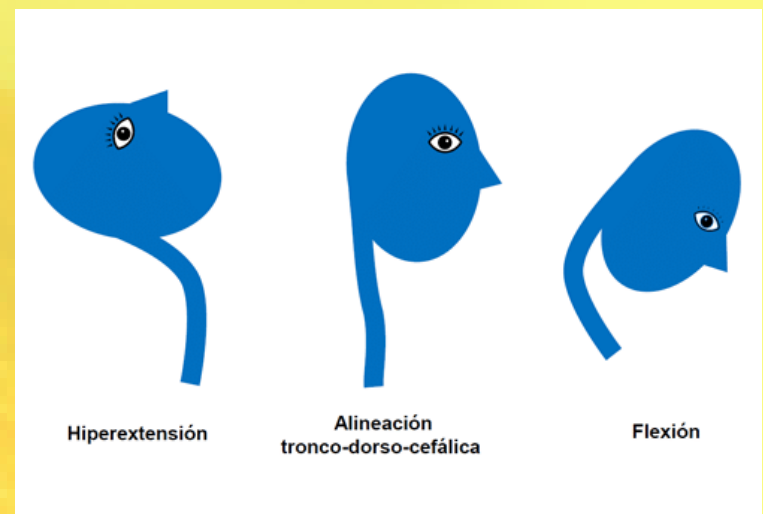
A TENER EN CUENTA

EJE Y CONTROL POSTURAL

El eje corporal estará bien alineado cuando se dan todas estas condiciones:

- Flexión neutra de cabeza (línea media, simétrica y con estabilidad).
- Elongación de cuello.
- Hombros estables y en posición baja.
- Tronco elongado.
- Pelvis estables, simétricas y en posición neutral.
- Pies con leve dorsiflexión.

(Anderson y Rogers)



IMPORTANCIA DE LAS TEXTURAS

EVITA EN LO POSIBLE:

- Alimentos mixtos: aquellos que mezclan líquidos y sólidos (mandarinas, uvas, sopa, lentejas...)
- Alimentos fácilmente fragmentables: p ej. frutos secos

Estos alimentos resultan peligrosos debido a la gran habilidad de control oral que se requiere para poder manejar en boca el sólido por un lado y el líquido por otro, así como aquellos trozos muy pequeños que pueden provocar atragantamientos.



USA PRODUCTOS DE APOYO

Vasos, cubiertos, platos y mantel antideslizante

MANTÉN UNA BUENA HIGIENE BUCAL

Es importante retirar los restos de comida y utilizar un colutorio



Página de consulta:

http://aspacehuesca.org/wp-content/uploads/guia_disfagia_aspacehuesca.pdf



EQUIPO ESPECIALIZADO EN DISCAPACIDAD FÍSICA