

Disfagia

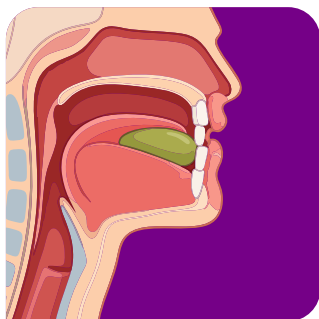
Guía de Orientación



¿Qué es la disfagia?

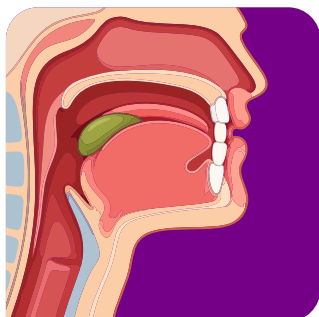
Es la dificultad o imposibilidad de tragar de manera segura y eficaz saliva, alimentos líquidos, fármacos desde la boca hasta el estómago. Su aparición puede ser brusca o progresiva y afectar cualquiera de las etapas de la deglución.

Etapas de la deglución



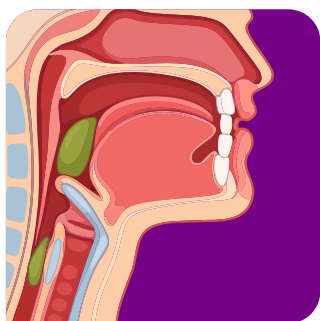
Etapas 1

Preparatoria Oral



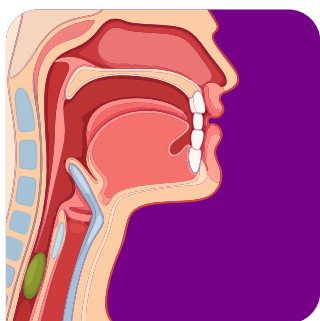
Etapas 2

Oral de Transporte



Etapas 3

Faríngea



Etapas 4

Esofágica

Causas de la Disfagia

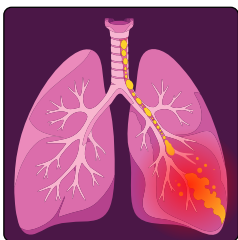
- **Neurológicas:** ACV, Parkinson, Alzheimer, ELA, Esclerosis Múltiple
- **Neuromusculares:** Síndrome de Guillain-Barré, Miastenia Gravis, Miopatías
- **Estructurales:** Tumores de cabeza y cuello, traumatismo encéfalo-craneano
- **Tratamientos:** Post-intubación, quimioterapia, radioterapia, fármacos.
- **Otras causas:** Envejecimiento natural (presbifagia), sarcopenia (pérdida muscular)

Signos y Síntomas

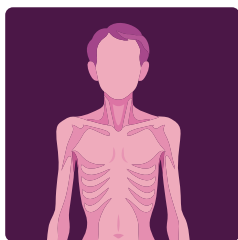
- Tos o atragantamiento frecuente durante las comidas
- Cambios en la voz (voz húmeda) o carraspeo
- Babeo constante (sialorrea) o residuo en la boca
- Dificultad para formar o tragar el bolo alimenticio
- Excesivo tiempo dedicado a comer
- Pérdida de peso progresiva
- Picos febriles
- Infecciones respiratorias a repetición

Consecuencias a prevenir

Una detección oportuna evita complicaciones como:



Neumonías
aspirativas



Desnutrición



Deshidratación

Tratamiento

- Preservar equilibrio nutricional
- Rehabilitación fonoaudiológica
- Adaptar los alimentos sólidos y los líquidos a las posibilidades de deglución

Alimentos que requieren mayor precaución

- Fibrosos: ananá, lechuga, espárragos, hinojo
- Con piel: semillas, grumos, cartílagos, pescado con espinas
- Crujientes: tostadas, galletas, snack, queso seco, papas fritas, pan
- Que pueden confundirse de sólidos a líquidos: helado, gelatina
- Caramelos masticables
- Que desprenden agua: melón, sandía, naranja
- Resbaladizos en la boca: arroz, granos, legumbres, lentejas
- Verduras cocidas como: choclo, apio, puerro, espárrago
- Todas las verduras y hortalizas crudas, excepto el tomate sin piel
- Bebidas con gas

Recomendaciones para el momento de comer

Postura erguida:

Sentado a 90° con la cabeza levemente inclinada hacia abajo

Estado alerta:

Comer únicamente cuando la persona esté bien despierta

Sin prisa:

Comer y beber despacio, respetando los tiempos deglutorios

Porciones pequeñas:

Utilizar cuchara pequeña y controlar las cantidades

Higiene oral:

Higienizar bien la boca al finalizar cada ingesta

Reposo postprandial:

Esperar 30 minutos antes de acostarse.

Dormir a 45° de inclinación