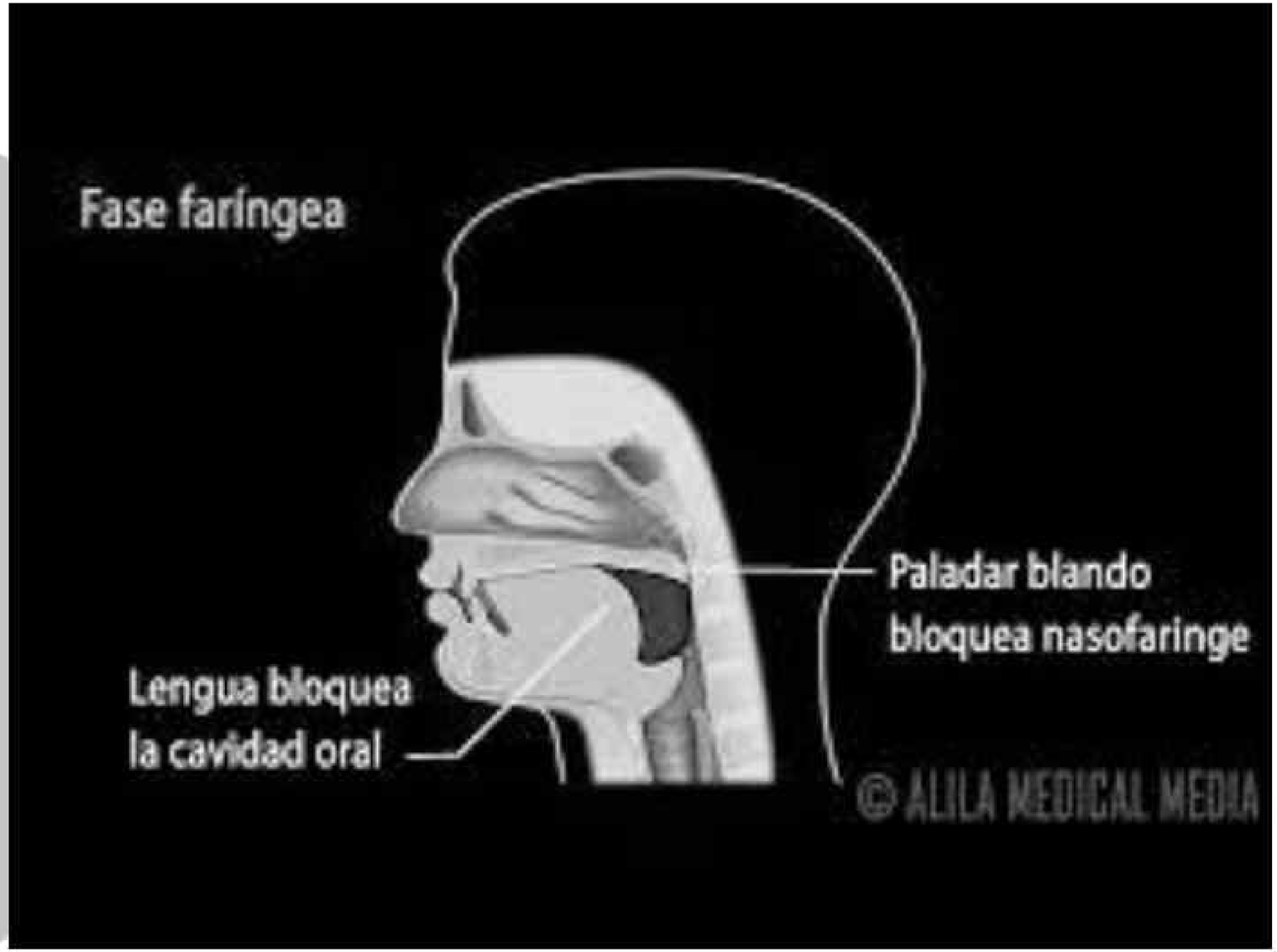
CONSISTENCIAS QUE CONECTAN

MASTICACIÓN Y DEGLUCIÓN



DISFAGIA

Dificultad para masticar y tragar

CAUSAS

- Caries, pérdida de dientes, alineación dental
- Parkinson, esclerosis múltiple, ACV, la edad
- Reflujo gastroesofágico (ERGE), esofagitis, acalasia, tumores o estenosis (estrechamiento) del esófago
- Baja salivación, disminución de la fuerza muscular
- tratamiento farmacologico

AFAGIA

Incapacidad total para tragar

CAUSAS

- Obstrucciones
- El esófago puede no contraerse correctamente para mover los alimentos hacia el estómago.
- Lesiones cerebrales, accidentes cerebrovasculares o enfermedades como el Parkinson o la esclerosis múltiple

TIEMPOS DE COMIDA

Desayuno

Nueves

Almuerzo

Onces

Cena

BLANDA

- Alimentos suaves que se aplastan con un tenedor
- Ejemplos: pan sin corteza, arroz, verduras cocidas, pasta, picados, molidos, pures
- Evitar: carnes duras, vegetales crudos, frutos secos

SEMIBLANDA

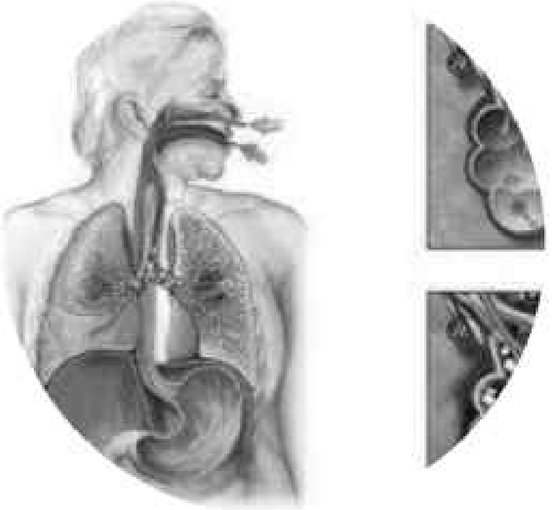
- Textura suave y homogénea, no requiere masticar
- Ejemplos: puré de papa, compota, yogurt, natilla
- Evitar: alimentos con partes duras o trozos grandes

LIQUIDA COMPLETA

- Bebidas espesas, sin grumos ni trozos
- Cremas
- Compotas

Por qué es importante

Prevenir atoramientos



Evitar broncoaspiraciones

Reducir riesgo de muerte

TIPS DE SEGURIDAD

Supervisar siempre
Mantener postura erguida
Dar bocados pequeños
No apresurar la alimentación