

INDICACIONS PERSONALITZADES:



Servei de Rehabilitació

Tel.871009

Última revisió: Abril 2021

Autors:

Dra. M. Avellanet, Cap del Servei de Rehabilitació

M. Ros, Logopeda

L. Palmitjavila, Logopeda

SAMS SERVEI ANDORRÀ
D'ATENCIÓ SANITÀRIA

 HOSPITAL
NOSTRA SENYORA
DE MERITXELL

 HOSPITAL
NOSTRA SENYORA
DE MERITXELL

SAMS

SERVEI ANDORRÀ
D'ATENCIÓ SANITÀRIA

DISFÀGIA I EL PROCÉS DE DEGLUCIÓ



DISFÀGIA I EL PROCÉS DE DEGLUCIÓ

La disfàgia és la dificultat o impossibilitat d'empassar. Pot donar-se tant en líquids com en aliments sòlids i pot ser evident o imperceptible.

La deglució en persones amb dificultats per empassar esdevé un procés lent i cal tenir paciència en els moments dels àpats, per a què sigui un procés segur cal tenir en compte:



1. Posició de seguretat d'inici: El cap ha d'estar el més recte possible, alineat (cap i tronc). La persona ha de quedar ben asseguda a la cadira o en el cas d'estar enllitada, col·loqueu la persona amb el capçal totalment incorporat (*si no tolera, mai per sota els 45°*).



2. Oferir els àpats amb cullera de postre. La cullera no ha de ser de plàstic perquè no estimula correctament el reflex de deglució.



3. Oferir poca quantitat: No omplir massa la cullera. Administreu sempre els aliments i líquids en petites quantitats.



4. A l'empassar: Empassar aconseguint una flexió cervical. Indiqueu a la persona que per empassar ha de mantenir la barbeta cap avall, o mirar en direcció al plat.



5. Oferir una cullerada i, abans d'oferir la següent, assegurar que ha empassat tot el menjar i que **no han quedat residus a la cavitat bucal**.

DIETA

L'adaptació de la dieta ha de garantir la seguretat (evitar o minimitzar al màxim el risc de broncoaspiracions i aparició de complicacions respiratòries) així com l'eficàcia (mantenir un nivell òptim de nutrició i hidratació).

Segons la gravetat es recomanaran adaptacions tant per l'aliment sòlid (modificació de la textura, volum, o consistència) com pels líquids (viscositat adaptada amb espessant o aigua gelificada).

INDICACIONS PERSONALITZADES A TENIR EN COMPTE PELS MOMENTS D'INGESTA:

- ▶ No oferir menjar si la persona està somnolenta o agitada. Esperar que es mostri més activa i col·laboradora.
- ▶ Evitar les distraccions durant els àpats: no menjar mirant la televisió, no parlar mentre es menja...). Menjar en un lloc amb un ambient tranquil, sense massa sorolls.



La persona encarregada de donar menjar ha d'oferir la cullerada des de sota la boca o bé a la mateixa alçada de la persona, mai des de dalt (si s'ofereix des de dalt provoca una extensió cervical), que pot ser perillosa

* hiperextensió

- ▶ És important respectar el ritme. No anar ràpid durant els àpats.
- ▶ Fer pauses durant la ingesta. A vegades es necessita fer 2 deglucions per una mateixa cullerada per netejar els residus faringis que han quedat.
- ▶ Estimular l'activació del reflex de deglució fregant-li els llavis amb el tovalló entre cullerada i cullerada si és necessari.
- ▶ Estimular, amb el reforç verbal, l'acte d'empassar
- ▶ És molt important mantenir una bona higiene oral després de cada àpat. Si no es neteja bé, els bacteris s'acumulen a la boca i poden generar infeccions.
- ▶ Restar assegut com a mínim 30 minuts després de cada ingesta per evitar el reflux.