



# CRITERIOS EN CONSISTENCIA DE ALIMENTOS Y BEBIDAS

de la iniciativa internacional de estandarización de la dieta para la disfagia (IDDSI)

Uno de los pilares del tratamiento de la disfagia, es ajustar la textura de los alimentos y adaptar la densidad de los líquidos. Sin embargo, **existía una necesidad de estandarizar la terminología** y las características específicas de cada consistencia, para unificar los diferentes criterios que existen en diferentes centros y países.

Ante tal situación, se pone en marcha la **Iniciativa Internacional de Estandarización de la Dieta para la Disfagia (IDDSI)**, es un programa global que busca establecer estándares uniformes y claros para la consistencia de los alimentos y líquidos destinados a personas con dificultades en la deglución. La nomenclatura universal de los diferentes tipos de alimentos se publicó por primera vez en el 2017.

## EL MARCO CONCEPTUAL DE LA IDDSI:

La IDDSI se creó en 2012 con el objetivo de estandarizar la terminología y establecer características descriptivas claras con las que, bajo cualquier situación, cada tipo de dieta pudiera ser replicable. La razón principal de esto es **mejorar la seguridad de los pacientes** y unificar los criterios de las dietas prescritas.

## CATEGORIZACIÓN DE LAS TEXTURAS SEGÚN LA IDDSI:

La IDDSI ha diseñado un sistema de clasificación con **8 niveles** (del 0 al 7), representados por números, colores, etiquetas, descripciones detalladas y métodos de prueba sencillos que ayudan a determinar a qué nivel pertenece un alimento dependiendo de sus características de fluidez y/o textura.

Los **líquidos** se clasifican en los niveles del 0 al 4, mientras que los **sólidos** se clasifican en los niveles del 3 al 7. Los niveles 3 y 4 se **superponen**, ya que son consistencias que **se comparten tanto en líquidos como en sólidos**.

Los niveles 3 y 4 se superponen, ya que son consistencias que se comparten tanto en líquidos como en sólidos.

## DESCRIPCIONES DE CONSISTENCIAS PARA LÍQUIDOS:

Los líquidos se clasifican en diferentes consistencias, de menos espesos a más espesos:

- 0:** Líquido de consistencia fina
- 1:** Líquidos ligeramente espesos
- 2:** Líquidos poco espesos
- 3:** Líquidos moderadamente espesos
- 4:** Líquidos extremadamente espesos



Clasificación de alimentos y bebidas según la IDDSI

Fuente: [https://iddsi.org/IDDSI/media/images/Translations/IDDSI\\_Framework\\_Descriptors\\_V2\\_LA\\_SPANISH\\_FINAL\\_July2020.pdf](https://iddsi.org/IDDSI/media/images/Translations/IDDSI_Framework_Descriptors_V2_LA_SPANISH_FINAL_July2020.pdf)

## Nivel 0 - Líquido de consistencia fina:

Es como el agua, fluye fácilmente y se puede beber con cualquier tipo de tetina, vaso o cañita.

## Nivel 1 - Líquidos ligeramente espesos:

Líquidos un poco más densos que el agua y requieren un poco más de esfuerzo para beber, pero aún fluyen bien a través de cañitas, jeringas o tetinas. Se asemejan a la textura de las fórmulas infantiles para el reflujo.

## Nivel 2 - Líquidos poco espesos:

Estos líquidos se derraman un poco más lentamente de una cuchara, pero aún se pueden sorber a través de una pajita con algo de esfuerzo.

## Nivel 3 - Líquidos moderadamente espesos:

Son líquidos que se pueden tragar directamente sin necesidad de masticar. Se pueden beber de un vaso, de una cuchara o de una pajita, aunque con esfuerzo. Este tipo no se puede consumir con un tenedor ya que se caería entre los dientes. Aunque son moderadamente espesos, no se pueden moldear ni amontonar.

## Nivel 4 - Líquidos extremadamente espesos:

Líquidos que se suelen tomar con una cuchara, ya que no se pueden beber en un vaso ni con una cañita. También se pueden ingerir con un tenedor, ya que tienen una textura que permite formar capas y mantener su forma sobre el plato sin separarse en líquido y sólido.

No se consideran en esta categoría los alimentos que requieren masticación, manipulación o formación de bolo. Son adecuados para personas que sienten dolor o fatiga al masticar, tienen prótesis dentales mal ajustadas o les faltan piezas dentales.

## DESCRIPCIONES DE TEXTURAS PARA SÓLIDOS:

Los sólidos se clasifican en diferentes texturas:

**Nivel 3 - Licuada:** Este nivel, corresponde a la misma consistencia moderadamente espesa de los líquidos.

**Nivel 4 - Puré:** Este nivel, corresponde a la misma consistencia extremadamente espesa de los líquidos.

**Nivel 5 - Picada y húmeda:** Sólidos que se puede comer con tenedor, cuchara o incluso con palillos. Contiene pequeños grumos visibles que se pueden aplastar fácilmente con la lengua. Requiere una masticación suave. Es adecuada para personas que sienten dolor o fatiga al masticar, tienen prótesis dentales mal ajustadas o les faltan piezas dentales.

**Nivel 6 - Suave y de tamaño bocado:** Estos alimentos se puede comer con tenedor y se puede aplastar o trocear con la presión de un tenedor, cuchara o palillos. Tiene una textura suave, blanda y húmeda, pero sin líquido visible, es decir es una mezcla homogénea y requiere masticación suave pero no mordiscos previos.

**Nivel 7-1 Fácil de masticar:** Contiene alimentos normales de textura suave o blanda, no incluyen alimentos duros, rígidos, fibrosos, crujientes, semillas, granos, pulpa de fruta, cartílagos o huesos. Sin embargo, no hay restricciones en cuanto a su tamaño. En esta categoría también se pueden incluir bebidas y alimentos con consistencia mixta, si se consideran seguros para el Nivel 0 (consistencia fina).

**Nivel 7-2 Textura normal:** Corresponde a la textura y variedad nor-

mal de los alimentos. No hay restricciones en cuanto a la textura. Incluye alimentos duros, rígidos, masticables, fibrosos, secos, crujientes, con semillas, pulpa bajo la cáscara, hojas, cartílagos o huesos.

## MÉTODOS DE PRUEBA:

Los métodos de prueba aseguran que los productos alimenticios cumplan con los estándares definidos y que sean seguros para su consumo por parte de personas con dificultades en la deglución. Cada nivel de textura en el sistema de clasificación de la IDDSI tiene asociados métodos de prueba específicos que permiten determinar si un alimento o líquido se ajusta a los criterios establecidos.

Los líquidos (niveles 0-4) se prueban con una jeringa de 10 mL, mientras que los sólidos (niveles 3-7) se prueban con tenedor, cuchara o palillos. Para obtener más información detallada, se pueden consultar los documentos oficiales de la IDDSI en <https://iddsi.org/Testing-Methods>.



## CONCLUSIONES

Actualmente la mayoría de las sociedades científicas se adaptan a los descriptores de textura para los alimentos sólidos y de viscosidades para los líquidos propuestos por la IDDSI. Su nomenclatura, a pesar de no ser mandataria en muchos centros clínicos, es el único marco conceptual apoyado por los profesionales sanitarios y la ciencia. Asimismo, existe una guía dirigida a los profesionales sanitarios para facilitarles el proceso de implementación.

Para más información acceda a: <https://iddsi.org/>

---

**Bibliografía consultada:**

**(1)** Cichero JAY, Lam P, Steele CM, Hanson B, Chen J, Dantas RO, et al. Development of international terminology and definitions for texture-modified foods and thickened fluids used in dysphagia management: The IDDSI framework. *Dysphagia* [Internet]. 2017 [citado el 23 de marzo de 2023];32(2):293–314.

Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27913916/>

**(2)** Métodos de prueba del marco de la IDDSI 2.0 en Español por Natalia Badilla Ibarra DT [Internet]. Iddsi.org.

Disponible en: [https://iddsi.org/IDDSI/media/images/Translations/IDDSI\\_TestingMethods\\_V2\\_\\_LA\\_SPANIS](https://iddsi.org/IDDSI/media/images/Translations/IDDSI_TestingMethods_V2__LA_SPANIS)