



# LA IMPORTANCIA DE LOS ESPESANTES

## en la disfagia

La disfagia, o dificultad para tragar, es un problema que afecta a un elevado número de personas. Puede ser causada por diversas condiciones médicas, como accidentes cerebrovasculares, enfermedades neuromusculares y problemas estructurales en el sistema de deglución. Esta condición no solo dificulta la alimentación, sino que también aumenta el riesgo de neumonía por aspiración y desnutrición. Afortunadamente, los espesantes alimentarios se han convertido en una herramienta vital para mejorar la calidad de vida de quienes sufren de disfagia. Si quieres conocer más acerca de los espesantes, continua leyendo...

### ¿Qué son los espesantes? y cómo ayudan en la disfagia.

Los espesantes son productos diseñados para aumentar la viscosidad de los líquidos y alimentos sin alterar significativamente su sabor. En el contexto de la disfagia, los espesantes desempeñan un papel crucial al convertir líquidos finos y difíciles de tragar en consistencias más espesas y manejables. Esto facilita el proceso de deglución y reduce el riesgo de que los alimentos o líquidos entren en las vías respiratorias, lo que puede causar graves complicaciones.

Cómo ayudan los espesantes a las personas con disfagia. Algunos de los beneficios de los espesantes podemos resumirlo en:

1. Prevención de aspiraciones: Al espesar los líquidos, se reduce la posibilidad de que pequeñas cantidades ingresen accidentalmente a los pulmones, lo que podría llevar a infecciones respiratorias graves.
2. Mejora de la ingesta nutricional: Las personas con disfagia a menudo evitan ciertos alimentos debido a las dificultades para tragar. Al espesar los alimentos, se pueden consumir una mayor variedad de nutrientes, evitando así la desnutrición.
3. Aumento de la hidratación: Algunas personas con disfagia evitan

beber líquidos debido a su dificultad para tragar. Los espesantes permiten que los líquidos sean más fáciles de controlar, lo que fomenta la hidratación adecuada.

### Conoce algo más acerca de los tipos de espesantes.

Existen varios tipos de espesantes diseñados para adaptarse a las necesidades individuales de las personas con disfagia. De manera simplificada podemos reunir los espesantes en dos grandes familias; los realizados a base de almidones (maíz, patata...) y los realizados a base de gomas (xantana goma guar, ...). Su elección depende de varios factores y de las necesidades de la propia persona.

Siempre es importante seguir las recomendaciones del médico, logopeda o profesional de la salud en cuanto a la cantidad de espesante a utilizar para lograr la consistencia deseada, así como de las instrucciones de uso del propio fabricante para obtener el **mejor resultado**.

### Haciendo el agua más amigable para las personas con disfagia:

El agua es el líquido de referencia en cuanto a hidratación. Si partimos de la base de que nuestro concepto de agua es el de un líquido: incoloro, inodoro e insípido, nos encontramos con que en el proceso de espesamiento,

éste puede presentar ciertas problemáticas en cuanto a cambios en:

**El color:** a menudo se vuelve más densa y opaca, lo que puede hacer que se vea menos apetitosa.

**El sabor:** algunas personas pueden percibir un sabor ligeramente diferente en el agua espesada.

**Aceptación final:** La resistencia a beber agua espesada puede ser alta debido a los factores mencionados anteriormente, lo que lleva a problemas de hidratación.

### ¿Alternativas a tu alcance?

Campofrío Health Care dispone de **Aguas Gelificadas** que rompen con el tradicional rechazo a la ingesta de este alimento.

Su textura de gel, en cualquier momento, es una alternativa rápida, sencilla y práctica para hidratar cuando existe disfagia. Conoce más acerca de las aguas gelificadas de Campofrío Health Care y de otros alimentos para personas con disfagia en el apartado correspondiente.

