



TENGO DISFAGIA y quiero comer en familia

La comida no solo nutre nuestro cuerpo, sino que también alimenta nuestras relaciones familiares. Comer en familia es un acto de conexión, de charlas y de recuerdos. Sin embargo, para aquellas personas con disfagia, una condición que dificulta la deglución de alimentos sólidos y/o líquidos, este acto cotidiano puede volverse todo un desafío. A pesar de los obstáculos, la disfagia no tiene por qué impedir que se disfruten de las comidas en familia.

El desafío de comer diferente en familia

¿A quién no le apetece un exquisito cocido con su caldo reconfortante o una ensalada sabrosa y fresca? Conocer las características de la dieta, así como comprender cómo se comportan los alimentos cuando se realizan modificaciones, es fundamental para asegurar una alimentación segura y efectiva.

Es común encontrarse en situaciones donde todos disfrutan de sus platos favoritos, mientras que la persona con disfagia se ve obligada a seguir restricciones dietéticas y limitaciones en cuanto a la textura y consistencia de los alimentos. La dificultad surge cuando esta persona se siente siempre apartada al comer de manera diferente.

Tener a tu alcance los recursos necesarios para saborear platos tradicionales, que suelen ser más elaborados y menos preparados, junto con espesantes que transforman ciertos alimentos y ajustan las texturas a tu medida es el punto de partida!

Volvamos al ejemplo del cocido... ¿cómo puede alguien con disfagia disfrutar de este plato sin complicaciones?

La clave está en preparar el cocido de manera especial, eliminando grumos, hebras y pieles que puedan dificultar la deglución.

La textura debe ajustarse a las necesidades de la persona con disfagia. Pero, ¿qué pasa con el caldo, esa parte deliciosa del cocido que todos aman?

Soluciones sencillas al alcance.

Para ayuda de muchos, **Campofrío Health Care** cuenta con una línea de alimentación natural de textura modificada, completa, variada y equilibrada, basada en la dieta mediterránea; con sabores e ingredientes habituales de cualquier casa y con platos tan representativos de nuestra gastronomía como el tradicional cocido del ejemplo anterior.

Lo mejor... es que sus platos solo necesitan ajustarse con espesante si la textura no se adapta a las recomendaciones médicas.

**Campofrío Health Care
facilita el disfrute de comidas
nutritivas y deliciosas,
accesibles para todos.**

