



# CÓMO ACTUAR

## Y A QUIÉN ACUDIR ANTE LA SOSPECHA DE DISFAGIA

La disfagia, o dificultad para tragar, es un problema de salud que **puede afectar a personas de todas las edades** y puede ser causado por una amplia variedad de factores. Cuando una persona sospecha que sufre de disfagia, es importante saber cómo actuar y a quién acudir para recibir el tratamiento adecuado.

Si mientras come nota que le cuesta tragar, o que se atraganta con facilidad y que esta situación se prolonga en el tiempo puede ser que padezca disfagia.

Puede, además, presentar alguno de **los siguientes síntomas**:

1. Almacenamiento de la comida en la boca.
2. Caída de la comida de la boca.
3. Dificultad para masticar.
4. Tragar de manera fraccionada.
5. Salivación excesiva.
6. Residuos de alimentos en la boca después de la deglución.
7. Tos o carraspeo durante o después de las comidas.
8. Dolor, molestia o sensación de atasco en la garganta.
9. Regurgitación oral o nasal y de la comida.
10. Cambios del tono de voz, voz húmeda.
11. Atragantamientos frecuentes.
12. Náuseas o vómitos.
13. Sensación de obstrucción en cualquier tramo desde el inicio de la garganta al esófago.
14. Infecciones respiratorias recurrentes.
15. Pérdida de peso sin razón aparente.
16. Deshidratación

**Logopedas.** Evalúan y tratan los pacientes con problemas de deglución mediante las recomendaciones de modificación de la dieta, como con ejercicios para mejorar o conservar la deglución.

**Dietistas-nutricionistas.** Valoran las necesidades nutricionales y aconsejan sobre la consistencia de sólidos y líquidos, definen las necesidades de las dietas especiales y aseguran una nutrición tanto adecuada como segura, ya sea oral o por soportes especiales.

**Enfermero/as.** Ayudan al usuario y al cuidador en el desarrollo y el mantenimiento de las técnicas de deglución. Garantizan que estas sean seguras y establecen pautas de estrategias compensatorias o de facilitación durante las comidas y en la administración de medicamentos. Detectan síntomas de riesgo.

**Técnico/as en cuidados auxiliares de enfermería.** Preservan el cumplimiento de las técnicas de deglución recomendadas durante las comidas.

Ante la presencia o sospecha de alguno de los síntomas mencionados se recomienda acudir al profesional sanitario de referencia para que realice una valoración de cada caso

El **tratamiento de la disfagia se hace mediante un equipo multidisciplinar** formado por 5 grupos de profesionales:

**Médico/as.** Diagnostican y tratan las causas médicas y quirúrgicas de la disfagia.



**Consultar y adaptar**, garantías para mejorar la hora de las comidas:

**Consultar con el médico de familia.** Este profesional evalúa los signos y determina si existe riesgo o no de disfagia. En caso de que exista, realizará la derivación a los especialistas correspondientes dentro del sistema de salud.

**Modificación de la dieta.** El abordaje de la disfagia se basa en la modificación de la textura de los alimentos. Esta permite una alimentación segura (evita el riesgo de aspiraciones) y eficaz (asegura los nutrientes necesarios para cada persona).

Conseguir una textura adaptada y de acuerdo al grado de disfagia es el pilar para asegurar una alimentación adecuada y evitar posibles complicaciones. En este sentido, resulta interesante recibir ayuda por parte del equipo asistencial mediante trucos, recetas y adaptaciones dietéticas para conseguir que la persona vuelva a disfrutar del acto de comer.

En el día a día, existen alimentos elaborados diseñados específicamente para personas con problemas de deglución.

**CAMPROFRÍO HEALTH CARE** contempla una gran gama de triturados que mantienen los sabores y aromas tradicionales, con una textura homogénea y adaptada para facilitar la ingesta a personas con problema de disfagia.



---

#### **Bibliografía consultada:**

**(1)** Cortés AC. Disfagia. Guía de identificación, diagnóstico, tratamiento nutricional y adaptación de la textura de los alimentos. [Internet]; Huesca: Coordinadora de Asociaciones de Personas con Discapacidad de Huesca (CADIS). Disponible en: [https://aspacehuesca.org/wpcontent/uploads/Gu%C3%ADa-Disfagia-CADIS-Huesca\\_web.pdf](https://aspacehuesca.org/wpcontent/uploads/Gu%C3%ADa-Disfagia-CADIS-Huesca_web.pdf)

**(2)** Colegio de Logopedas de Catalunya. Atención a la disfagia orofaríngea en diversos ámbitos del sistema de salud [Internet]; Barcelona: Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya. Disponible en: [https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/\\_AZ/D/disfagia/atencio\\_disfagia\\_orofaringia.pdf](https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/_AZ/D/disfagia/atencio_disfagia_orofaringia.pdf)