

ESTRATEGIAS COMPENSATORIAS

→ MODIFICACIÓN DE TEXTURAS

- Los alimentos **LÍQUIDOS** son los que presentan **mayor riesgo** de atragantamiento.
- Se puede plantear el uso de **ESPESANTES ALIMENTICIOS** en caso de atragantamientos frecuentes.

Las diferentes texturas son, de mayor a menor dificultad:



→ ADAPTACIONES DE CUBIERTOS

• CUCHARAS:



- **Estrechas y planas**, ya que con ellas limitaremos el volumen de alimento durante la ingesta y facilitaremos la deglución.
- **De silicona dura**, que ayudarán a disminuir el daño en la arcada dentaria (zona de implantación de los dientes) si el niño presenta un reflejo de mordedura muy anteriorizado (cercano a la posición de los dientes).

Cucharas de mangos largos que permitan un mejor acceso a la cavidad oral (boca).

• VASOS

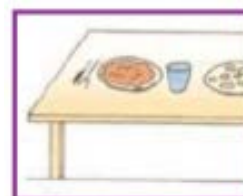


- Se aconsejan vasos curvos, para controlar el volumen y evitar patrones de posición inadecuados como la hiperextensión cervical o hiperproyección. (cabeza inclinada hacia atrás o hacia delante).
- Evitar el uso de vasos de cristal ya que en pacientes que presentan espasticidad o reflejos de mordedura anteriorizados pueden resultar antiprocedentes, así mismo evitar vasos altos, ya que potencian patrones de hiperextensión (cabeza hacia atrás)

→ RECOMENDACIONES PARA MANTENER UN ADECUADO CONTROL POSTURAL



Es importante que esté **próximo a la mesa** y, si es posible con los **brazos apoyados** para evitar malas posturas.



Infórmate de mis problemas de disfagia y adecua las texturas de cada alimento según mis necesidades.



Evita la hiperextensión de mi cuello, para tragar mejor y evitar aspiraciones de alimentos.



Respetar el espacio donde como; por favor, que no me invadan.



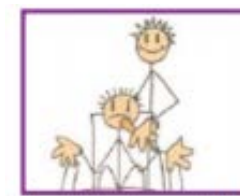
No pongas mucha comida en la cuchara y espera a que trague antes de ponerme otra, anticipame qué como.



Procura que esté **bien sentado**, que el ángulo de sedestación sea lo más próximo a 90°.



Si es posible ofrécame la posibilidad de **escoger** lo que me apetece.



Ponte delante o a mi lado para orientar bien la cuchara o el vaso; verás mi expresión y evitarás hiperextensiones.



Si tengo reflejo de mordida **no tires de la cuchara**, me puedes hacer daño.



Si no es imprescindible, no mezcles un plato con otro porque alteras su sabor.



Si empiezo a toser, inclina mi cabeza hacia adelante haciendo una flexión. Evita golpear mi espalda para no hacer aspiraciones.

DIFICULTADES EN LA DEGLUCIÓN

Las alteraciones a nivel motor influyen en aspectos como falta de equilibrio estando sentados, falta de control de la boca, cabeza y cuerpo, excesiva rigidez/hipotonía en el cuerpo, falta de coordinación mano-ojo cuando comen.

Por tanto, las dificultades funcionales de alimentación que se pueden observar en estos niños son:

- Succión
- Para coger autónomamente los alimentos
- Para adaptar los labios a la cuchara
- Movimiento de la lengua dentro de la boca para preparar el bolo alimenticio
- Para retener los alimentos y la saliva
- De masticación y de mezcla de los alimentos
- Para la ingesta de líquidos y sólidos
- Reflujo gastroesofágico que puede desembocar en aspiraciones.

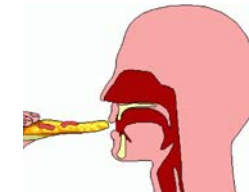


¿Cuáles son los principales signos de alarma que nos van a hacer sospechar una deglución ineficaz o de riesgo?

- Comidas excesivamente prolongadas: más de 45 minutos ya se considera situación de riesgo. Agotamiento durante la alimentación.
- Rechazo de la comida, nerviosismo antes y durante el momento de comer.
- Conductas selectivas con los alimentos.
- Tos o carraspeo durante y después del proceso deglutorio, pudiendo ser débil o no resolutiva.
- Cambios en la calidad y el tono de la voz coincidiendo con las comidas. Presencia de voz débil y húmeda.
- Necesidad de tragar varias veces para poder tomar una misma cucharada.
- Degluciones fraccionadas o que queden residuos en zona oral y faríngea.
- Aumento de duraciones de recorridos orales y faríngeos.
- Cambio en la actitud corporal con ojos vidriosos, como asustados.
- Sudoración.
- Cambios de color en la piel, en los labios, aparición de ojeras o cianosis en la punta de los dedos o labios.
- Fatiga y ruidos respiratorios. Bostezos frecuentes.
- Presencia constante de flemas.
- Regurgitación nasal: el alimento sale por la nariz.
- Infecciones respiratorias de repetición, otitis de repetición, frecuentes neumonías.
- Odinofagia: dolor al tragar.
- Falta de ganancia mantenida de peso o disminución del mismo.

“REINO DE TULÉ”

BUENAS PRÁCTICAS EN LA ALIMENTACIÓN DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD MOTORA



El objetivo de este folleto es facilitar pautas adecuadas para la alimentación y deglución de las personas con parálisis cerebral y otras discapacidades con grandes necesidades de apoyo, sin perder de vista que la alimentación y deglución son aspectos básicos que condicionan su calidad de vida, siguiendo los principios de:

1. Alimentación segura
2. Dieta equilibrada y segura
3. Individualización, participación y satisfacción
4. Alimentación accesible