

DIETA DISFÀGIA FASE III

CARACTERÍSTIQUES

- Requereix masticació suau.
- Aliments suaus però humits. No triturats.
- Es pot triturar fàcilment amb forquilla.
- S'acompanya de salses espesses.
- S'admet modificacions de textures.

TEXTURA

- Els aliments es presenten sencers, però de fàcil masticació i modelables, sempre acompanyats de salses espesses.

ESMORZAR I BERENAR



Pa de pessic, llet, i plàtan

DINAR



Canelons o mandonguilles i préssec.

SOPAR



Verdura amb patata, hamburguesa amb ceba i pudding.

RECOMANACIONS GENERALS

- Mai utilitzar aliments de dobles textures, és a dir, que barregin líquids i sòlids a la vegada. Per exemple: la sopa amb pasta, llet amb pa o galetes o magdalenes.
- La fruita sempre triturada, sobretot aquella que faci suc. Per exemple: taronja, síndria, meló...
- Evitar aliments que s'enganxin a la mucosa: enciam, patates xips, pasta de full...
- Les llegums sempre poden utilitzar-se sense pell.
- Prohibits aliments enganxosos com caramels, llet condensada, productes de pastisseria processats.

Recomanacions Hospital del Mar

Recomanacions

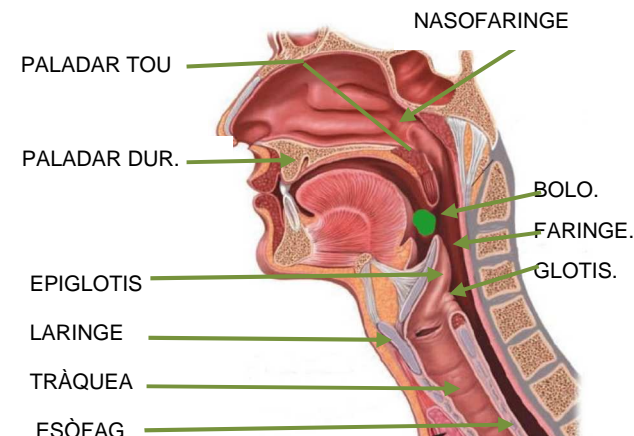
Hospital del Mar

Parc de Salut MAR Barcelona

Consells dietètics en la Disfàgia Orofaríngia

QUÈ ÉS LA DISFÀGIA OROFARÍNGIA?

La disfàgia orofaríngia és la impossibilitat per empassar o deglutir aliments, sòlids o líquids, que provoca una dificultat del pas de la boca fins l'estómac, per causa d'alteracions neurològiques, neuromusculars o d'altres.





MESURES POSTURALS

- Els àpats s'han de realitzar sempre en posició asseguda. Si no és possible, s'ha d'intentar mantenir l'angle de 90°. *(dibuix)*
- Evitar qualsevol distracció mentre s'estigui realitzant àpats, com veure la televisió, converses, etc...
- Introduir l'aliment sempre horitzontalment, afavorir la funció d'empassar tirant lleument el mentó cap a endavant, mai el cap enrere.
- Realitzar la maniobra de mentó.
- No estirar-se fins a la mitja hora després de la ingesta.
- En la finalització de cada àpat, realitzar una correcta higiene bucal, així com la retirada de restes d'aliments que no s'hagin pogut deglutir.
- No menjar mai davant de: respiració dificultosa, nerviosisme o angoixa o alt grau de preocupació. Deixar l'àpat per un altre moment.

DIETA DISFÀGIA FASE I

CARACTERÍSTIQUES

- No requereix masticació.
- Només es menja amb cullera.
- No es barregen textures.
- Es pot fer més consistent amb espessants.
- Prohibit els aliments que es poden fondre a la boca com els gelats o les gelatines de postres.

TEXTURA

- Cremes o pures ben tamisats.

ESMORZAR I BERENAR



Bol de llet amb cereals i compota de fruita.

DINAR



Puré de carbassó o de pollastre i patata. I compota de fruita.

SOPAR



Puré de carbassa de peix i iogurt.

DIETA DISFÀGIA FASE II

CARACTERÍSTIQUES

- Pot o no requerir masticació.
- Es menja amb cullera o forquilla.
- Consistència suau i uniforme que pot modelar-se.
- Es permet la formació fàcil del bol alimentari.
- Es pot fer més consistent amb espessidors.
- Prohibit els aliments que es poden fondre a la boca com gelats o les gelatines de postres.

TEXTURA

- Elaboració tipus púding, mousse o pastís al forn...
- Incorporant masticació suau.

ESMORZAR I BERENAR



Iogurt líquid, pa de motlle amb mantega, melmelada i poma al forn.

DINAR



Ensalada russa o albergínies farcides i natilles

SOPAR



Patata al forn o peix amb verdures i flam.