

GESTÃO ALIMENTAR DA DISFAGIA

A disfagia traduz uma dificuldade em deglutir. As suas características, suspeita e diagnóstico clínico, assim como a sùmula das medidas a seguir, encontram-se resumidas na informação A disfagia e o doente neurológico.

Algumas doenças metabólicas desenvolvem disfagia em geral, ou disfagia oro-faríngea (OF), que afeta as duas primeiras fases da deglutição (oral e faríngea).



COMO SE PODE TRATAR NO ÂMBITO CASEIRO/FAMILIAR?



Uma vez diagnosticada a disfagia, existem alguns procedimentos que se podem realizar no âmbito familiar, tais como: modificação do meio ambiente, daptação da alimentação e uso de utensílios adequados, manobras de deglutição específicas, alterações posturais, posição e assentos adequados, exercícios orais. De seguida detalham-se as recomendações relativas à **adaptação dos alimentos** a este grupo de doentes.

As crianças com disfagia apresentam habitualmente dificuldade em ingerir uma quantidade suficiente de alimentos, sendo ocasionalmente referidos asfixiamentos e aspirações que agravam o quadro de subnutrição.

Por isso, é necessário modificar a consistência dos alimentos e adaptá-los às necessidades de cada criança, com o objectivo principal de fornecer os nutrientes fundamentais para manter um crescimento e desenvolvimento normais.

COMO ADAPTAR MELHOR OS ALIMENTOS PARA UMA CRIANÇA QUE SOFRE DE DISFAGIA?

- As papas de diferentes texturas são geralmente bem aceites por estes doentes, e portanto observar qual a consistência com que a criança se sente mais segura.
- Aconselha-se a triturar e passar pelo coador/passador todos os alimentos de modo a obter uma textura uniforme, e nunca utilizar alimentos com mais de uma textura (sólidos e líquidos).
- Os alimentos mais utilizados para **espassar/engrossar** são a fécula de milho (Maizena®), espessante pronto a usar Maizena®, flocos de batata Maggy® ou similares, papas de diferentes cereais que misturados com líquidos darão a consistência desejada.
- **Aumentar as calorías** da refeição utilizando leite em pó, queijos, nata fresca, maionese, azeite, açúcar, ovos, etc.
- **Realçar o sabor** tradicional dos alimentos juntando ervas aromáticas frescas, especiarias, molhos, etc.



- Apresentar **pratos e bebidas atractivos**, assim se conseguirá uma maior predisposição para comer e beber.
- Em crianças mais velhas, sugere-se **não misturar os alimentos** para que conservem o seu sabor, cor e textura.
 - **Exemplos**
 - Triturar e servir um primeiro prato de creme de arroz, de espinafres, de abóbora, etc.
 - Triturar e servir um segundo prato de almôndegas em molho de tomate com cenouras e cogumelos, linguado grelhado, croquetes de frango triturado, etc.
- Servir os pratos a uma **temperatura adequada** pois, além de os tornar mais apetitosos, melhora o reflexo de deglutição e aumenta o prazer de comer.
- **Variar frequentemente os alimentos** que se oferecem à criança, assim como o seu modo de preparação, para evitar a monotonia.

OUTROS CONSELHOS SOBRE A DISFAGIA NO GUÍA METABÓLICA

No Guia Metabólica dispomos de alguns conselhos que podem ser muito úteis para ajudar na gestão da disfagia em casa, não deixe de os consultar:

- A disfagia e o doente neurológico (La disfagia y el paciente neurológico)
- Recomendações para a disfagia (Recomendaciones para la disfagia)
- Dieta para crianças com dificuldades de mastigação: triturados nutritivos e equilibrados (Dieta para niños con dificultades en la masticación: triturados nutritivos y equilibrados)

Projeto: As Doenças Metabólicas Raras em Português, um projeto APCDG & Guia Metabólica.

Apoio económico: "Para ti, sempre: um CD de música, uma vida CDG", coordenado pela APCDG em 2014 e realizado em conjunto com famílias, amigos e profissionais CDG.

Coordenação da tradução: Vanessa Ferreira (Associação Portuguesa CDG e outras Doenças Metabólicas Raras, APCDG, Portugal), Mercedes Serrano e Maria Antónia Vilaseca (Guia Metabólica).

Tradução: Isabel Antolin Rivera, PhD Assistant Professor Metabolism & Genetics Group iMed - Research Institute for Medicines and Pharmaceutical Sciences Faculty of Pharmacy, University of Lisbon Av. Prof. Gama Pinto 1649-003 Lisboa, Portugal



Passeig Sant Joan de Déu, 2 08950

Esplugues de Llobregat

Barcelona, Spain

Tel: +34 93 203 39 59

www.hsjdbcn.org /

www.guiametabolica.org

© Hospital Sant Joan de Déu. All rights reserved.