

CARTILHA DE ATENÇÃO NUTRICIONAL

PARA O PACIENTE COM

# DISFAGIA

Fga. FÁTIMA LAGO E Nut. NARA LOPES

MARÇO - 2022



APOIO:



REALIZAÇÃO:





CARTILHA DE ATENÇÃO NUTRICIONAL

PARA O PACIENTE COM

# DISFAGIA

## A DEGLUTIÇÃO É UM PROCESSO QUE ENVOLVE A PARTICIPAÇÃO DE DIVERSOS MÚSCULOS

Quando há incoordenação ou fraqueza muscular dificultando a deglutição de saliva, líquidos, alimentos e/ ou comprimidos, denominamos **DISFAGIA OROFARÍNGEA**.

### QUAIS SÃO OS GRUPOS DE RISCO PARA DISFAGIA OROFARÍNGEA?



Os idosos



Pessoas com câncer de cabeça e pescoço



Pessoas com doenças neurológicas como a doença de Parkinson, o Acidente Vascular Cerebral (AVC) ou demências

APOIO:



REALIZAÇÃO:





CARTILHA DE ATENÇÃO NUTRICIONAL

PARA O PACIENTE COM

# DISFAGIA

## SINAIS DE ALERTA PARA DISFAGIA OROFARÍNGEA

- 1 Dificuldade em mastigar os alimentos, preferindo alimentos liquidificados ou amassados**
  - Se suas refeições são liquidificadas ou amassadas (sopas, purês...) você corre o risco de perda de peso e de massa muscular, pois alimentos batidos podem perder suas propriedades
- 2 Dificuldade em empurrar com a língua os alimentos ou líquidos para a parte de trás da boca**
- 3 Escape do alimento para fora da boca**
- 4 Sensação de que algo está preso na garganta ou no peito depois de engolir**
- 5 Pneumonia recorrente**
  - A capacidade de engolir corretamente é essencial para evitar que os alimentos entrem nos pulmões
  - Tosse ou engasgos durante as refeições, podem ser um sinal de aspiração dos alimentos para o pulmão e conseqüente risco de pneumonia
- 6 A ASFIXIA também é um risco e pode causar MORTALIDADE**

APOIO:



REALIZAÇÃO:





CARTILHA DE ATENÇÃO NUTRICIONAL

PARA O PACIENTE COM

# DISFAGIA

POR ISSO É FUNDAMENTAL QUE VOCÊ PROCURE UM **MÉDICO, FONOAUDIÓLOGO OU NUTRICIONISTA** PARA TRATAMENTO ADEQUADO E TOME OS SEGUINTE CUIDADOS:



- 1** Na hora da alimentação fique o **mais sentado** possível, mantendo uma postura adequada, conforme orientação do fonoaudiólogo, para **evitar engasgos** com os alimentos. Quem se alimenta em posição mais deitada tem maior chance de engasgos.
- 2** Faça as refeições em **local tranquilo**, para evitar distrações enquanto se alimenta.
- 3** **Não coma** ou **beba** quando estiver **cansado**.
- 4** Utilize **talheres menores** (ex. colher de sobremesa ou chá ao invés de colher de sopa) para evitar acúmulo de alimento na boca.
- 5** **Engolir todo alimento** antes de pegar outra colher cheia.
- 6** Faça a **higiene oral** após cada refeição, retirando todos os resíduos alimentares.
- 7** Caso use **prótese dentária**, certifique -se que está **bem presa** ao céu da boca. Próteses soltas dificultam a mastigação correta dos alimentos. Procure seu dentista.

APOIO:



REALIZAÇÃO:





CARTILHA DE ATENÇÃO NUTRICIONAL

PARA O PACIENTE COM

# DISFAGIA

## COMO DIAGNOSTICAR A DISFAGIA OROFARÍNGEA?

O FONOAUDIÓLOGO É O PROFISSIONAL CAPACITADO PARA AVALIAR E TRATAR PESSOAS COM DISFAGIA OROFARÍNGEA



**CASO JÁ TENHA SIDO DIAGNOSTICADO COM DISFAGIA OROFARÍNGEA, FIQUE ATENTO A ESSAS RECOMENDAÇÕES:**



Respeitar o nível da **consistência** dos alimentos com o **USO CORRETO DO ESPESSANTE** conforme orientação do **fonoaudiólogo**. As refeições devem ser consumidas logo após a sua preparação. **Seguir a forma de preparo orientada pelo nutricionista.**

Caso você consuma preparações liquidificadas, **separe os alimentos no prato** para que fiquem visualmente **agradáveis** e **atrativos**.



APOIO:



REALIZAÇÃO:





CARTILHA DE ATENÇÃO NUTRICIONAL

PARA O PACIENTE COM

# DISFAGIA



Os condimentos ou temperos naturais devem ser utilizados no preparo dos **alimentos para dar sabor** (ex. cebola, alho, salsinha, cebolinha, manjeriço etc.), desde que **permitidos pelo nutricionista**. Caso ainda fique pedaços ou folhas na preparação, orientamos passar na **peneira fina**.

Deve-se **EVITAR alimentos secos, crocantes, duros** e que **esfarelam**: farofa, torradas, nozes, amendoim, biscoitos, pipoca, pão francês. Estes **podem ficar retidos** e causar **ASFIXIA**.



Em caso de **constipação procure um nutricionista**.

Todos os **líquidos finos** (ex. café com leite, chá, água, água de coco etc.) só devem ser oferecidos/ ingeridos de acordo **com a orientação do fonoaudiólogo**. Se houver necessidade de utilizar espessante, o profissional fonoaudiólogo fará todo esclarecimento em como utilizá-lo da forma correta!



APOIO:



REALIZAÇÃO:





CARTILHA DE ATENÇÃO NUTRICIONAL

PARA O PACIENTE COM

# DISFAGIA



## OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

O **fonoaudiólogo** é o profissional que define o nível da **consistência** adequada e segura dos alimentos e líquidos de acordo com a avaliação da deglutição. **Essa indicação é individualizada.**

O **nutricionista** é o profissional responsável por avaliar e indicar a **quantidade diária** de alimentos e líquidos assim como a necessidade do uso correto do suplemento alimentar. **Essa indicação é individualizada.**

**Diante de qualquer sinal de dificuldade para engolir, procure seu médico, fonoaudiólogo ou nutricionista para avaliação e acompanhamento adequados.**

#### Referências Bibliográficas:

Burgos R, et al. ESPEN guideline clinical nutrition in neurology. Clin Nutr 2018;37(1):354-396.

Gonçalves TJM, Horie LM, Gonçalves SEAB, et al. BRASPEN J. 2019;34(Supl 3):2-58.

Luiz DA, et al. Menú de textura modificada y su utilidad en pacientes con situaciones de riesgo nutricional. Nutr Hosp 2014;29(4):751-759.

Nagano A, Nishioka S, Wakabayashi H. Rehabilitation Nutrition for Iatrogenic Sarcopenia and Sarcopenic Dysphagia. J Nutr Health Aging. 2019;23(3):256-265.

Najas M, coordenadora. I Consenso Brasileiro de Nutrição e Disfagia em Idosos Hospitalizados. Barueri, SP: Minha Editora; 2011.

Ney DM, et al. Senescent Swallowing: Impact, Strategies and Interventions. Nutr Clin Pract 2009 24(3):395-413.

Wirth R, et al. Oropharyngeal dysphagia in older persons - from pathophysiology to adequate intervention: a review and summary of an international expert meeting. Clin Interv Aging. 2016;11:189-208.

APOIO:



REALIZAÇÃO:

