

ATLAS FOTOGRAFÍCO DE CONSISTENCIAS DE ALIMENTOS

PARA EL TRATAMIENTO DE
PERSONAS CON DISFAGIA

AUTORES: Mercedes Ruiz Brünner, M. Elisabeth Cieri; Sofía Luciano; Mariana Masala; M. Pilar Rodríguez Marco; Marylén Urbisaglia; Alejandra Valfré; Eduardo Cuestas.



Material declarado de interés por la Escuela de Nutrición de la Facultad de Ciencias Médicas (Universidad Nacional de Córdoba)



Título: *Atlas fotográfico de consistencias de alimentos para el tratamiento de personas con disfagia.*

Autores: María de las Mercedes Ruiz Brünner, María Elisabeth Cieri; Sofía Luciano; Mariana Micaela Masala; María Pilar Rodríguez Marco; Marylén Urbisaglia; María Alejandra Valfré, Eduardo Cuestas.

María de las Mercedes Ruiz Brünner, María Elisabeth Cieri; Sofía Luciano; Mariana Micaela Masala; María Pilar Rodríguez Marco; Marylén Urbisaglia; María Alejandra Valfré, Eduardo Cuestas. *Atlas fotográfico de consistencias de alimentos para el tratamiento de personas con disfagia.* 1ra Edición. Marzo, 2019. p 20

ISBN: 978-950-33-1518-7

Investigación Financiada por la Secretaría de Ciencia y Técnica de la Universidad Nacional de Córdoba a través del financiamiento para proyectos de investigación 2016-2017 (Resol SECyT N° 313/16) y para proyectos consolidar 2018-2021 (Resol SECyT N° 411/18).



INTRODUCCIÓN

En el tratamiento de la disfagia, así como en otros trastornos de la deglución, la modificación de la consistencia es una de las estrategias más utilizadas. La adaptación de la consistencia de aquellos alimentos de consumo frecuente, de su preferencia y culturalmente aceptados por las personas, resulta una primera opción en la elección del tratamiento, debido a que los alimentos poseen un significado que excede lo meramente biológico. Sin embargo, un problema frecuente que se presenta en la práctica clínica es que el profesional y el cuidador o sujeto con disfagia no logran siempre comunicarse con claridad al referirse a las consistencias. En muchos casos la indicación dada por el profesional y la que comprende la persona no son iguales, lo que genera un riesgo en el tratamiento de los trastornos deglutorios. Resulta importante comprender con exactitud el tipo de consistencia que está ingiriendo la persona cuando ésta ha sido modificada. Debido a diferencias culturales, incluso en una misma comunidad, los términos utilizados para referirse a las consistencias pueden no ser iguales. A esta situación se le suma el hecho de que no se pone en práctica aún en todas las instituciones de salud un único sistema que clasifique las consistencias de alimentos, y la falta de herramientas vinculadas a esta temática.

Es así que surge la necesidad de realizar este instrumento clínico y de investigación. El ***Atlas fotográfico de consistencias de alimentos para el tratamiento de personas con disfagia*** tiene por objetivo brindar un sistema de clasificación basado en investigaciones internacionales actuales acompañado de imágenes, explicaciones y ejemplos de las distintas consistencias útiles para el tratamiento de la disfagia. Los atlas fotográficos de alimentos resultan una herramienta de suma utilidad en la práctica clínica, la investigación y la educación nutricional. Este material está dirigido a profesionales de la salud de distintas áreas y para la capacitación de cuidadores y profesionales en formación en la temática.

La versión final de este atlas fotográfico se realizó en español e incluye siete consistencias de alimentos, un grupo de alimentos que resultan de riesgo a broncoaspiración y tres consistencias de líquidos espesados. Las consistencias se basaron en las clasificaciones propuestas por la National Dysphagia Diet (NDD) de los Estados Unidos, la clasificación dirigida a población con parálisis cerebral Eating and Drinking Ability Classification System (EDACS) y la más reciente clasificación publicada en 2017 de la International Dysphagia Diet Standardisation Initiative (IDDSI).

Este material incluye las clasificaciones de consistencias de alimentos y de líquidos espesados, cada una junto a imágenes representativas, una breve explicación y otros ejemplos descritos para cada una de ellas. En el caso de los líquidos espesados se menciona también cómo se consigue la consistencia utilizando suplementos alimentarios terapéuticos espesantes. Todas las fotografías incluidas han sido elaboradas en su totalidad por este grupo de investigación. Para evaluar el diseño se entrevistaron a quince profesionales en fonoaudiología, nutrición, fisioterapia y gastroenterología. Se utilizó un cuestionario con una escala de Likert y una encuesta Delphi hasta alcanzar un mínimo de 80 % de acuerdo. Para la validación se trabajó junto a personas con disfagia y sus cuidadores, para evaluar el acuerdo y la confiabilidad del instrumento se utilizó acuerdo absoluto y coeficiente Kappa, siguiendo rigurosos procesos metodológicos.

En personas con diagnóstico de disfagia la alimentación adecuada, no sólo en cantidad y calidad nutricional sino también en su consistencia, asegura un estado nutricional saludable y una alimentación segura fundamental para el mantenimiento físico, cognitivo y psicológico. La utilización de un atlas fotográfico de consistencias de alimentos puede ser una herramienta clave al momento de llevar a cabo las indicaciones y la educación alimentaria nutricional de estos pacientes, como así también permitirá unificar criterios entre profesionales de la salud.

National Dysphagia Diet (NDD) Task Force. American Dietetic Association. National dysphagia diet: standardization for optimal care. [Chicago Ill.]: American Dietetic Association; 2002. Sellers D, Mandy A, Pennington L, Hankins M, Morris C. Development and reliability of a system to classify the eating and drinking ability of people with cerebral palsy. Dev Med Child Neurol 2014;56:245-51.

Cichero JAYY, Lam P, Steele CM, Hanson B, Chen J, Dantas RO, et al. Development of International Terminology and Definitions for Texture-Modified Foods and Thickened Fluids Used in Dysphagia Management: The IDDSI Framework. Dysphagia 2017;32:293-314.

ÍNDICE

Consistencia de alimentos	5
Textura sólido-firma	6
Opción de textura sólido firme: picado fino	7
Textura procesada	8
Textura blanda	9
Textura puré	10
Textura pegajosa	11
Alimentos resbaladizos y/o con riesgo a broncoaspiración	12
Mezcla de texturas	13
Líquidos espesados	14
Líquido tipo néctar o almibar	15
Líquido tipo miel o cremoso	16
Líquido tipo pudding o postre	17
Información sobre los autores	18

CONSISTENCIAS DE ALIMENTOS



Pollo con vegetales

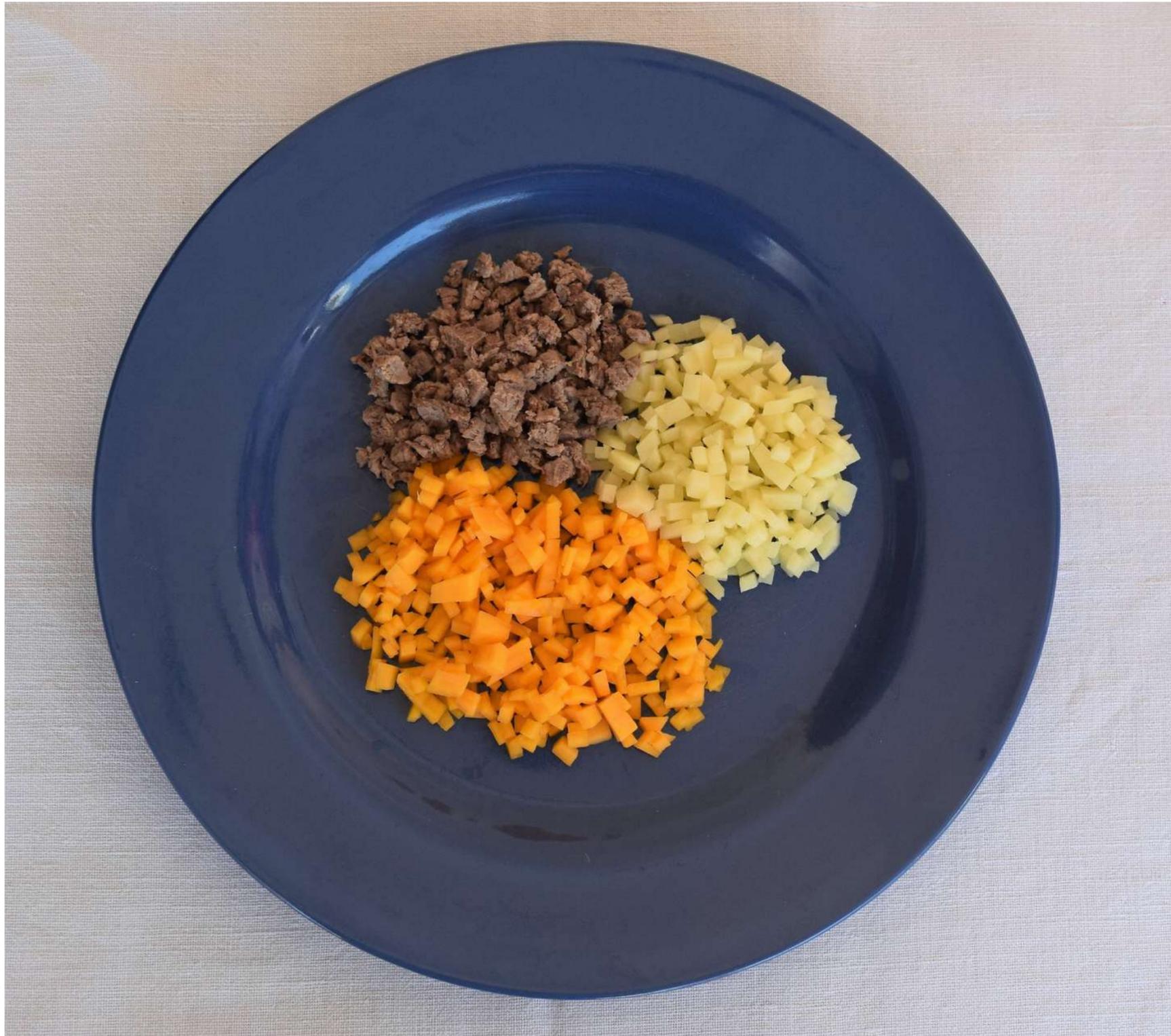
Textura

Sólido - Firme

Requiere esfuerzo para masticar

Son alimentos firmes que se consumen en bocados y requieren mayor tiempo en la cavidad bucal. Suelen ser alimentos secos, fibrosos y/o crocantes.

Otros ejemplos: filete de carne, milanesa, carne asada, galletas duras, pan tostado, verduras y frutas enteras crudas o cocidas fibrosas.



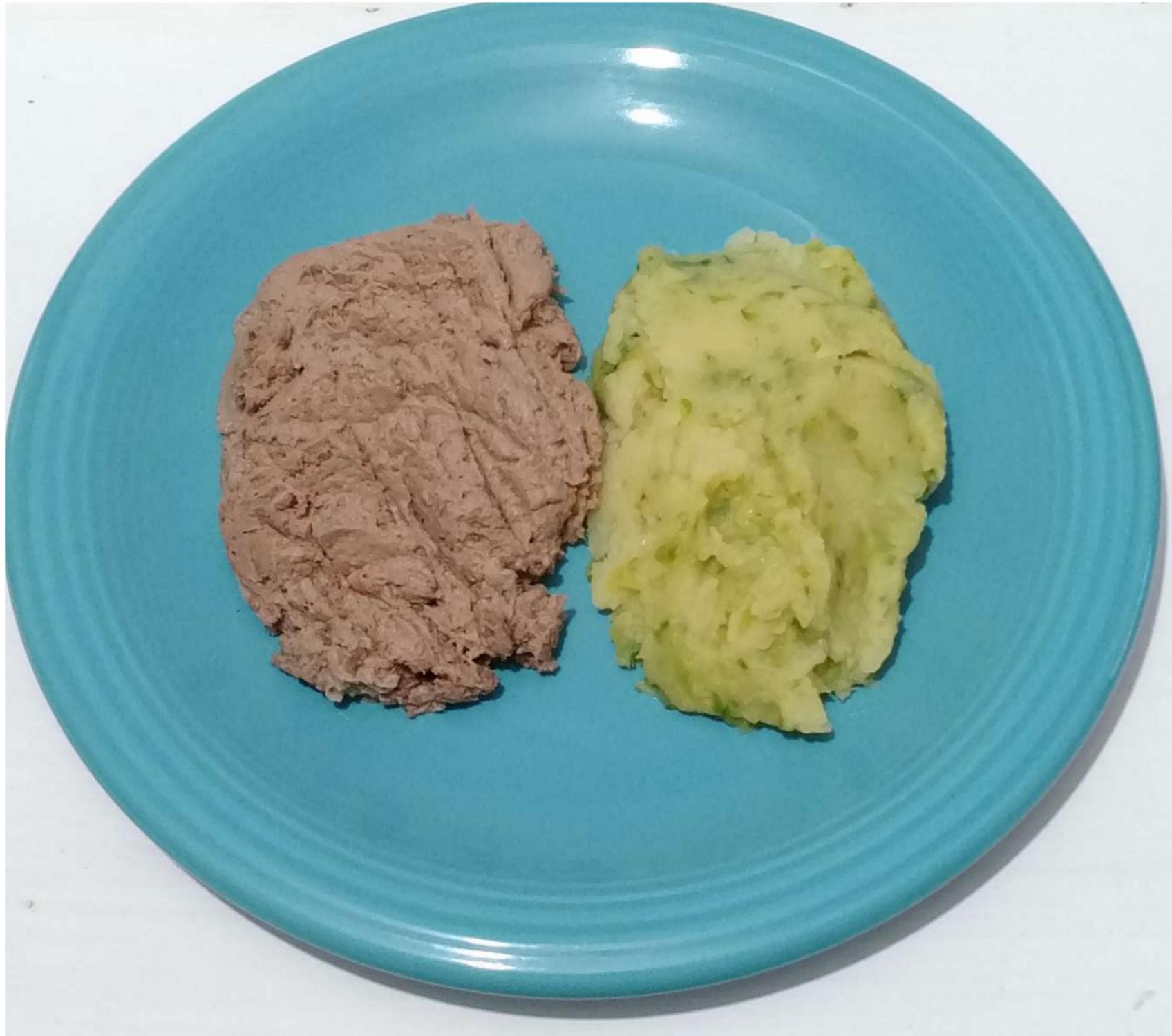
Bife de carne con calabaza y papa o patata

Opción de textura sólido-firme: Picado fino

Son alimentos que han sido modificados mecánicamente, por ende se encuentran en pequeños trozos. Requieren menos esfuerzo de masticación, pero demandan coordinación en la boca.

Textura Procesada

Son alimentos que han sido modificados de forma mecánica, a través del procesado con algún electrodoméstico de cocina. Se obtienen texturas pastosas, suaves, homogéneas y sin grumos, que no requieren masticación.



Carne con puré de zapallito (calabacín) y papa (patata)

Textura blanda

Son alimentos suaves, húmedos, con cierta cohesión, que requieren una masticación muy suave.

Otros ejemplos: soufflé, budín, yogur firme, flan, raviolos o pastas rellenas.



Terrina de verduras



Canelones



Budín de pan

Textura puré

Son alimentos con consistencia suave y uniforme que prácticamente no requiere masticación. Pueden haber sido modificados con el uso de un tenedor o pisa puré, pudiendo contener trozos pequeños de las verduras o alimentos blandos.

Polenta



Puré de verduras



Textura pegajosa

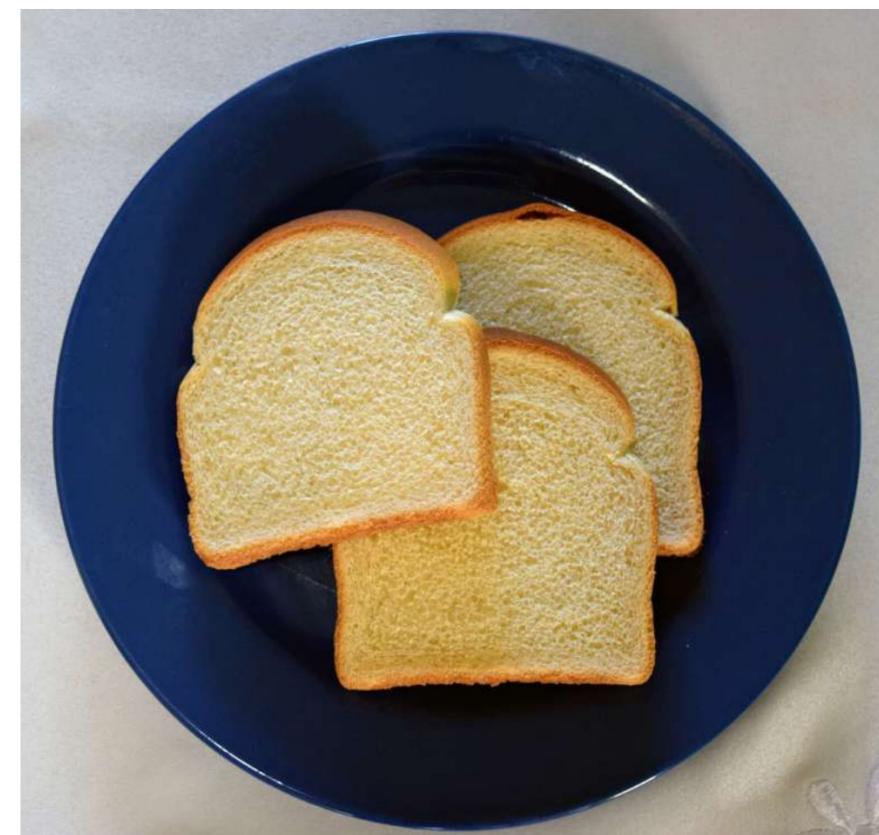
Son alimentos que pueden adherirse al paladar o a la cavidad bucal, haciendo difícil la limpieza de la boca y su completa deglución.

Otros ejemplos: miel, dulce de leche, facturas o bollos , banana pisado.

Caramelos masticables



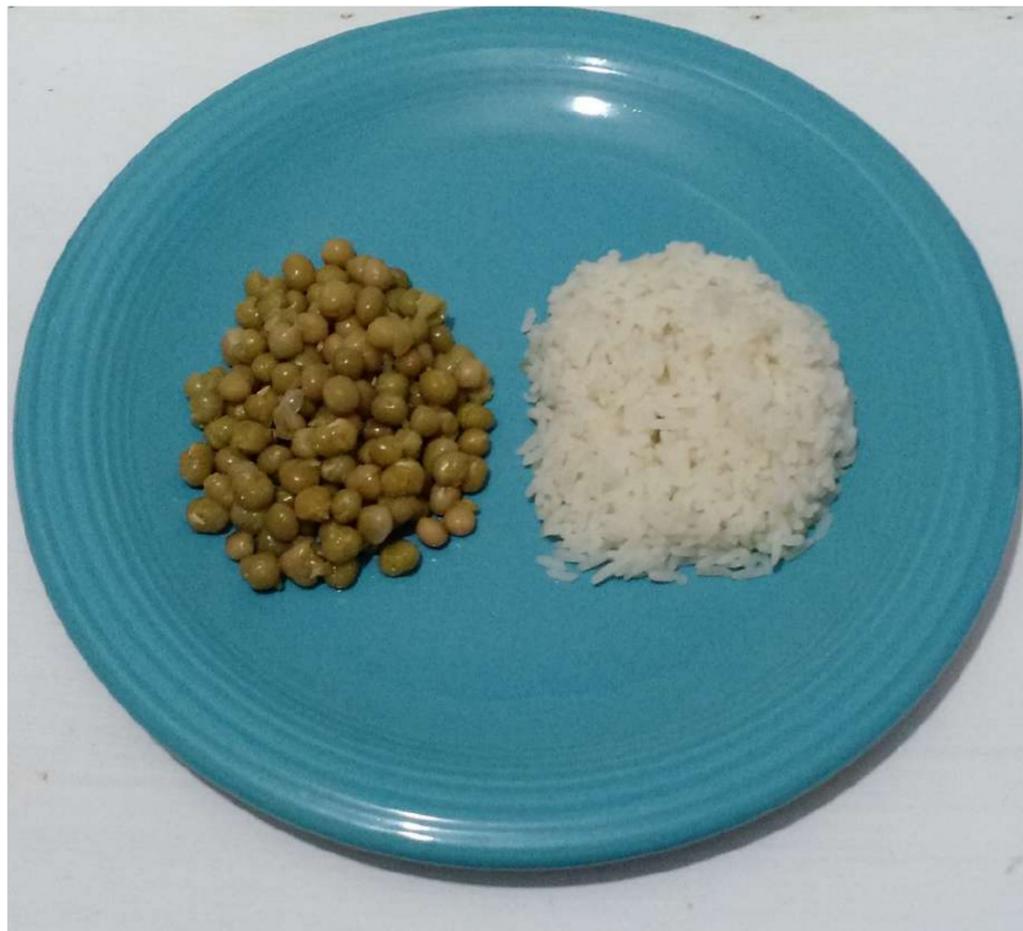
Pan lactal o de molde



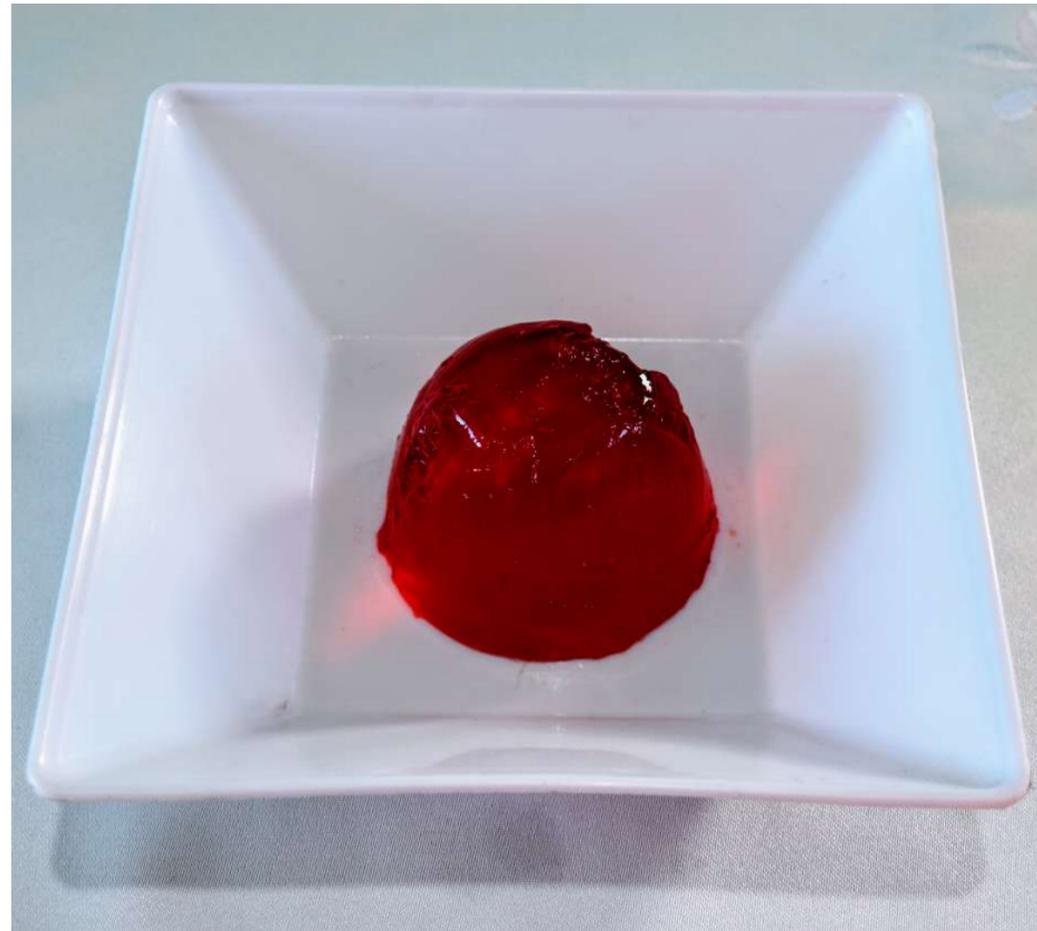
Alimentos resbaladizos y/o con riesgo a broncoaspiración

Son alimentos difíciles de controlar en la boca por lo que pueden significar riesgosos al momento de su deglución, ya que pueden provocar ahogamientos o bronco aspiración.

Otros ejemplos: uvas, cerezas, aceitunas, legumbres (lentejas, garbanzos, porotos o frijoles)



Arvejas o guisantes y arroz



Gelatina



Fideos soperos

Mezcla de texturas

Son preparaciones en las que se combinan diferentes texturas, pudiendo contener al mismo tiempo sólidos, semisólidos y/o líquidos. Se dificulta el control de las texturas en la boca.

Otros ejemplos: arroz con leche, yogur con trozos de frutas o cereales

Sopa de fideos y verduras



Yogurt con granola



Líquidos espesados



Tipo néctar o almíbar



Tipo miel o cremoso



Tipo Pudding o postre

Líquido tipo néctar o almíbar

Líquido medianamente espesado con una viscosidad de 150-300 mPa.s (1)

Este tipo de líquido presenta escasa viscosidad, similar a un jarabe. Por lo tanto, se puede beber fácilmente con un sorbete o en taza y al extraerlo del recipiente que lo contiene o al hacerlo fluir o caer desde una cuchara, deja una delgada capa del líquido en el mismo.

Con productos terapéuticos espesantes se obtiene con aproximadamente 1 o 1.5 medidas cada 100 ml (ver indicaciones del producto)

Otros ejemplos: Yogur bebible, licuado, jugo comercial espeso tipo de Durazno o melocotón.



Agua y colorante con producto espesante

(1) El mPa.s es una medida que se utiliza en la literatura para medir la viscosidad de los líquidos. El agua es un líquido con una viscosidad de < 50 mPa.s

Líquido tipo miel o cremoso

Es un líquido moderadamente espeso con una viscosidad de 300-500 mPa.s

Este líquido no puede beberse con sorbete, pero sí desde una taza, o con cuchara. Al dejarlo fluir o caer lo hace lentamente. No presenta la viscosidad suficiente para mantener su forma.

Con productos terapéuticos espesantes se obtiene aproximadamente con 2 medidas cada 100 ml (ver indicaciones del producto)



Agua y colorante con producto espesante

Otros ejemplos: Mermelada, yogurt cremoso, postre danette o danonino.

Líquido tipo pudin o postre

Es un líquido extremadamente espeso con una viscosidad mayor a 500 mPa.s

Debido a su viscosidad el alimento deja de ser líquido para tomar una consistencia más firme, similar a un semi-sólido.

Este líquido espesado presenta mayor viscosidad que los anteriores, por lo que requiere de una cuchara para su administración. No puede beberse ya que se asienta sobre la cuchara o recipiente que lo contiene y no fluye. Es capaz de mantener su forma.

Con productos terapéuticos espesantes se obtiene con aproximadamente 2.5 o 3 medidas cada 100 ml (ver indicaciones del producto)

Otros ejemplos: Yogurt firme, postres tipo pudin o natilla.



Agua y colorante con producto espesante

INFORMACIÓN SOBRE LOS AUTORES

Ruiz Brünner María de las Mercedes

Obtuvo el título de Licenciada en Nutrición en la Universidad Nacional de Córdoba (UNC). Se desempeña como Profesora Asistente de la Escuela de Nutrición (Facultad de Ciencias Médicas - UNC) de la asignatura Didáctica y Metodología de la Enseñanza aplicada a la Nutrición. Posee el título de Docente Universitaria en Ciencias de la Salud.

Durante varios años ha trabajado en el área de discapacidad en centros de rehabilitación de la Ciudad de Córdoba. Ha participado en la dirección de trabajos de investigación para la licenciatura en nutrición en relación a la temática de niñez y de discapacidad. Fue categorizada como Docente-Investigadora.

Ha sido becad por la Academia Americana y Academia de Australasiana de Parálisis Cerebral y Medicina del Desarrollo para asistir a sus conferencias anuales y cursos realizados, capacitándose en el exterior sobre esta temática. Es Becaria Doctoral de CONICET en el área de Temas Estratégicos realizando investigaciones en torno al crecimiento y desarrollo en parálisis cerebral infantil. Y mediante una beca de la Agencia alemana DAAD ha realizado una estancia de capacitación en el Hospital Pediátrico Dr. Von Hauner (LMU) en la Ciudad de Munich sobre crecimiento y desarrollo en discapacidad pediátrica.

Cieri Maria Elisabeth

Graduada de la Licenciatura en Nutrición en la Universidad Nacional de Córdoba, ha participado activamente en la Escuela de Nutrición como ayudante alumna, profesional adscripta y actualmente como Profesora Adjunta en la Asignatura Organización del Proceso Intelectual. También cumplió funciones como Sub-Secretaria Técnica en la Escuela de Nutrición. Ha obtenido el título de Docente Universitaria en Ciencias de la Salud, y es también docente de la carrera de Nutrición en la Facultad de Ciencias de la Salud de Universidad Católica de Córdoba, en las asignaturas de Educación Alimentaria Nutricional y Programación en Nutrición.

Posee una amplia experiencia clínica en el abordaje nutricional en discapacidad, habiendo sido invitada para dictar cursos de grado, posgrado y conferencias vinculadas a la temática. Actualmente es becaria de SECyT UNC y aborda el área de la investigación desarrollando su Doctorado en Ciencias de la Salud en la Universidad Nacional de Córdoba, profundizando el estudio de los factores alimentarios y estrategias familiares que influyen en el estado nutricional de niños con parálisis cerebral.

Luciano Sofia, Rodríguez Marco Maria Pilar y Valfré María Alejandra.

Se recibieron como Licenciadas en Nutrición en la Universidad Nacional de Córdoba (UNC). En el marco de su tesis de grado titulada "Estado nutricional, ingesta alimentaria y factores vinculados a la alimentación de los niños, niñas y adolescentes con parálisis cerebral de Córdoba", dirigida por la Lic. Ruiz Brünner y Lic. Cieri. Realizaron las imágenes de la primera versión del muestrario utilizado para la recolección de datos. Actualmente continúan trabajando en el grupo de investigación formando parte de un estudio multicéntrico junto a profesionales de otras provincias del país.

Masala Mariana M y Urbisaglia Marylén

Se recibieron como Licenciadas en Nutrición de la Universidad Nacional de Córdoba (UNC). Realizaron las imágenes del muestrario y colaboraron con la validación de este instrumento. Este proceso fue parte de su tesis de grado titulada "Diseño y validación de un instrumento de clasificación de consistencias alimentarias para el tratamiento de personas con disfagia" el cual estuvo dirigido por la Lic. Ruiz Brünner y Lic. Cieri.

Eduardo Cuestas

Director del grupo de investigación clínica del cual se desprende esta publicación. Es Médico Especialista en Pediatría, ejerce en la práctica clínica y la investigación en el Hospital Privado Universitario de Córdoba. Es también Magister en Salud Pública y Doctor en Medicina y Cirugía de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Córdoba (FCM-UNC). Con amplios conocimientos y experiencia en el área de la estadística, investigación clínica y pediatría.

En la actualidad son muy pocos los materiales de capacitación disponibles en español , que sirvan como referencia en el área de la discapacidad. En los últimos años han sido muchos los avances en cuanto a los tratamientos a partir de investigaciones y convenciones internacionales, pero todavía no se logra incluir estos avances en la formación y ámbito clínico de todos los profesionales de la salud.

El *Atlas fotográfico de consistencias de alimentos para el tratamiento de personas con disfagia* está dirigido a profesionales de la salud de habla hispana que trabajan en el tratamiento de esta patología, ya sea en adultos mayores, personas con discapacidad, entre otros. Este material puede ser utilizado para realizar capacitaciones a cuidadores, familiares y personas con disfagia, para acompañar el tratamiento y poder establecer normas más precisas sobre la preparación de los alimentos. Además, este atlas sirve de material para la formación de estudiantes del área de la salud, tanto de grado como de posgrado. El atlas no brinda indicaciones sobre la alimentación ni prescripciones de las consistencias, sino que es una herramienta de soporte para que los profesionales de la salud implementen en los tratamientos de personas con disfagia o dificultades en la deglución que, basado en clasificaciones internacionales de consistencias de alimentos, resulta un material de gran utilidad para la práctica clínica.

Atlas fotográfico de consistencias de alimentos para el tratamiento de personas con disfagia

