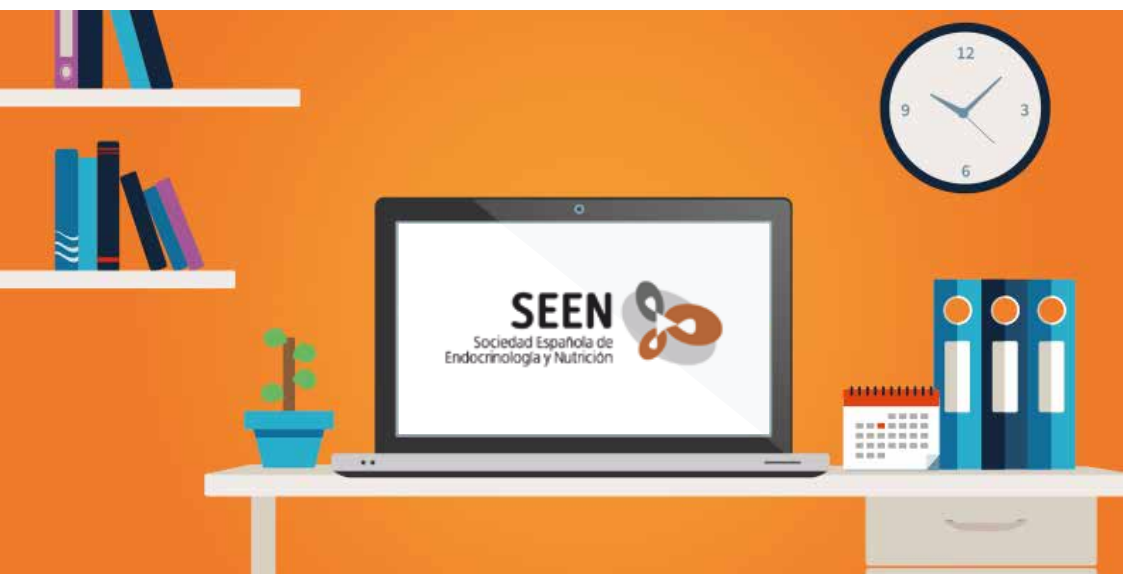




AULA VIRTUAL SEEN

Materiales informativos y formativos relacionados con patologías frecuentes, que requieren un conocimiento y adecuado manejo por parte **del paciente y del cuidador**.



DISFAGIA

<http://www.seen.es/AulaVirtualPacientes>

DISFAGIA



La dificultad para tragar también se llama disfagia. Por lo general, es un síntoma de un problema que afecta a la garganta o al esófago. Si tiene dificultades para tragar regularmente, debe ser estudiado, ya que es probable que tenga un problema y que necesite tratamiento.

DEBO CONSULTAR SI...

✓ Si puntuación > 3 en cuestionario EAT-10

Dificultad en la preparación y/o masticación de los alimentos



✓ Atragantamiento o regurgitación frecuente

✓ Tos durante las comidas

✓ Cambios en la voz después de la deglución

✓ Sensación de residuo en boca o garganta

✓ Disminución de ingesta y pérdida de peso

EAT-10 Nestlé

Responda cada pregunta escribiendo en el recuadro el número de puntos.

0 = ningún problema

1

2

3

4 = es un problema serio

¿Hasta que punto usted percibe los siguientes problemas?

1. Mi problema para tragar me ha llevado a perder peso
2. Mi problema para tragar interfiere con mi capacidad para comer fuera de casa
3. Tragar líquidos me supone un esfuerzo extra
4. Tragar sólidos me supone un esfuerzo extra
5. Tragar pastillas me supone un esfuerzo extra
6. Tragar es doloroso
7. El placer de comer se ve afectado por mi problema para tragar
8. Cuando trago, la comida se pega a mi garganta
9. Toso cuando como
10. Tragar es estresante

A. PUNTUACIÓN

Sume el número de puntos y escriba la puntuación total en los recuadros. **Puntuación total** (máximo 40 puntos).

A. PUNTUACIÓN

Si la puntuación total que obtuvo es mayor o igual a 3, usted puede presentar problemas para tragar de manera eficaz y segura. Le recomendamos que comparta los resultados del EAT-10 con su médico.

CONSECUENCIAS

ALTERACIONES DE LA SEGURIDAD

- Neumonía por aspiración
- Aumento de mortalidad



Estancia hospitalaria

ALTERACIONES DE LA EFICACIA

- Deshidratación
- Desnutrición



Deterioro calidad de vida



Exclusión social

MODIFICACIONES DEL ENTORNO

- **Entorno tranquilo**, evitando situaciones de estrés
- **Respetar el ritmo** de ingesta, sin atosigar
- **Disminuir distracciones** durante la ingesta
- **Fraccionar** las comidas en tomas más pequeñas para evitar fatiga
- **No utilizar jeringas** para dar la comida
- **Postura adecuada**



MODIFICACIONES DE LOS LÍQUIDOS



Líquidos y líquidos espesos

Líquidos y líquidos espesos de forma natural



Néctar (Suavemente espeso)

Puede beberse con pajita y desde una taza



Miel (Moderadamente espeso)

No puede sorberse con pajita. Se puede tomar de una taza o con cuchara



Pudding (Extremadamente espeso)

Sólo se toma con cuchara y mantiene su forma. No puede beberse

ALIMENTOS DE RIESGO

- Purés con grumos, pieles, hebras, huesos, espinas, etc.
- Alimentos que se pegen al paladar: caramelos, bollería, pan de molde
- Dobles texturas: sopa con pasta, leche o yogur con cereales o frutas, naranja / mandarina
- Alimentos que se fragmenten con facilidad: biscotes, queso seco, galletas, frutos secos

International Dysphagia Diet Standardisation Initiative



Ponemos a su disposición **5 Módulos** que incluyen 4 secciones cada uno, en las que se revisarán los aspectos más importantes de varias enfermedades, **qué es lo que debe conocer el paciente y el cuidador** y cómo puede mejorar la adhesión al tratamiento prescrito y su calidad de vida.



Desnutrición relacionada con la enfermedad



Disfagia



Nutrición Enteral Domiciliaria



Nutrición Parenteral Domiciliaria



Cirugía Bariátrica

Los materiales han sido elaborados por **equipos multidisciplinares de hospitales con Unidades de Nutrición Clínica de larga trayectoria y experiencia**, con lenguaje sencillo y comprensible. Además podrá acceder a links de páginas web de interés y vídeos con testimonios reales y ejemplos prácticos.

Cada módulo contará también con un examen, que se podrá hacer de manera opcional para obtener un **certificado de aptitud otorgado por la SEEN**. La SEEN reconoce la importancia de que la sociedad disponga de información fiable sobre Endocrinología y Nutrición y en esta ocasión trata de ir más allá, promoviendo la formación y capacitación de los propios pacientes y cuidadores a través de esta **Aula Virtual**.

ACCEDE DESDE AQUÍ



Apunta con la cámara de tu dispositivo a este código QR y accede en tan sólo un instante al **Aula Virtual SEEN**



C990330 - 01/20