

Cartilha de orientações

DISFAGIA

Como se cuidar



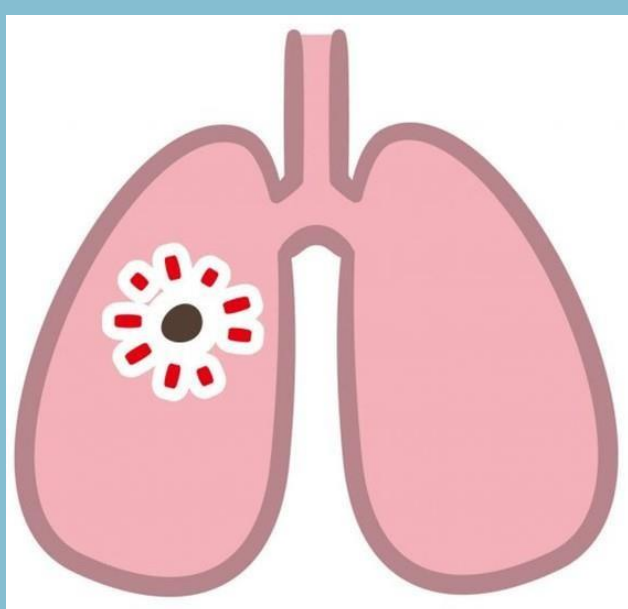
Cartilha elaborada pela Nutricionista Residente: Camila da Graça Costa do Programa de Saúde do Adulto e do Idoso SES/DF, Orientada pela Nutricionista: Vera Regina Cerceau e pela Fonoaudióloga: Zenobia Rosa Alves Araujo Lima
Policlínica de Taguatinga - 2021

O que é disfagia ?



É qualquer dificuldade na passagem do alimento, do líquido e da saliva da boca até o estômago, podendo levar a desnutrição, desidratação, pneumonia aspirativa e morte.

Essa pneumonia é causada devido ao desvio do alimento, líquido ou até mesmo da saliva para as vias respiratórias chegando ao pulmão.



Fatores de riscos



A disfagia ocorre com mais frequência no envelhecimento e após algumas doenças como:

- Doenças neurológicas (Doença de Parkinson; Demências, Doença de Alzheimer, Esclerose Múltipla e Esclerose Lateral Amiotrófica);
- AVC (Acidente Vascular Cerebral);
- TCE (Traumatismo Cranioencefálico);
- Diverticulites;
- Câncer de cabeça e pescoço;
- Traumas da face;
- Desnutrição;
- DRGE (Doença do Refluxo), entre outras.

Sinais ou sintomas da disfagia



- Tosse durante ou após as refeições;
- Dor ao engolir;
- Sensação de parada do alimento na garganta;
- Demora para engolir;
- Mudança na voz após engolir;
- Engasgos;
- Perda de peso;
- Pneumonias repetidas;
- Recusa alimentar;
- Necessidade de fazer força para engolir;
- Excesso de saliva;
- Cansaço respiratório ao se alimentar;
- Necessidade de mudança na consistência da comida;
- Necessidade de engolir o alimento, o líquido ou a saliva várias vezes para fazer a limpeza completa da boca;
- Dificuldade ou lentidão durante a alimentação.

Tratamento da Disfagia

O tratamento da disfagia é realizado por vários profissionais de saúde, como: Enfermeiro, Fisioterapeuta, Fonoaudiólogo, Médico, Nutricionista, entre outros. Cada profissional tem sua função no tratamento.

Importância do tratamento:
Evitar a desnutrição, desidratação, pneumonia de repetição e morte.



Orientações para diminuir sintomas da disfagia

- Fazer refeições frequentes e em pequeno volume;
- Evitar distrações e conversas durante as refeições;
- Evitar falar de boca cheia;
- Comer sentado e só deitar 30 minutos após o término da refeição;
- Evitar alimentos que esfarinham, como cuscuz, farinhas e biscoitos;
- Evitar alimentos fibrosos: abacaxi, folhas cruas, carne dura;
- Engrossar sopas com farinhas, milho batido ou tubérculos (batata, inhame, cará, mandioca, baroa, batata doce).

Orientações para diminuir sintomas da disfagia

- Espessar água, chás e café com espessantes próprios;
- Espessar sucos com: mamão, goiaba, manga ou leite;
- Evitar caldos ralos, sopas ralas e gelatinas;
- No caso dos idosos utilizar colher de sobremesa;
- Utilizar canudo ou garrafa com a boca pequena para os líquidos;
- Respeitar a consistência dos alimentos orientada pelo nutricionista e/ou fonoaudiólogo.

Lembre-se: Siga as orientações dos profissionais de saúde

DISQUE SAÚDE

136

Ouvidoria Geral do SUS
www.saude.gov.br



Secretaria de Estado de Saúde