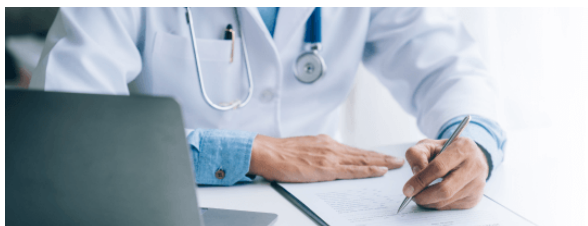


Consejos y recomendaciones

Medidas de seguridad durante las comidas



Paciente despierto y consciente



Esperar a que la boca se quede vacía antes de la siguiente cucharada



Usar estrategias de incremento sensorial incluyendo sabores ácidos, como el limón o la lima, temperaturas frías, como los helados cremosos



Uso de cuchara, ya que cuando se ejere una ligera presión con ella sobre la lengua, esta sirve de estímulo



Mantener la satisfacción por la comida potenciando sus cualidades organolépticas



Ambiente relajado y tranquilo



No hablar hasta que termine de tragar



No utilizar jeringas ni pajitas



Estimular los labios si la preparación oral es lenta, mediante toques o ligera presión sobre ellos



Adecuar el menaje: uso de vasos de boca ancha o con ventana para evitar la extensión cervical

Posición del paciente durante las comidas



En el paciente con disfagia, es fundamental la postura para comer. Algunas posturas mejoran la seguridad y facilitan la deglución.

1. El paciente que puede autoalimentarse debe estar sentado, con la espalda en contacto con el respaldo de la silla.

2. Añadir una almohada detrás de la espalda para que se encuentre lo más incorporado posible.

3. Los pies deben de estar tocando el suelo y lo más paralelos posibles.

4. Es importante que el cuello se encuentre un poco flexionado hacia el pecho, evitando siempre la extensión del cuello.

Posición del cuidador



Cuando el paciente no tiene suficiente autonomía para alimentarse y debe ser alimentado por un cuidador:

1. El cuidador debe estar sentado frente al paciente, pero a una altura por debajo del asiento del paciente.

2. El cuidador debe de introducir el alimento lo más perpendicularmente posible.

3. Si el paciente está encamado, debe comer incorporado en un ángulo de 90º y debe permanecer en esta posición hasta 90 minutos después de la comida.

Importancia de la higiene oral

Se debe mantener una buena higiene para evitar cualquier infección o que los restos de alimentos que le puedan quedar dentro de la boca vayan a las vías aéreas y se atraganten.

PACIENTES AUTÓNOMOS



→ Higiene
bucodental.



→ Limpiador
de lengua.

PACIENTES CON AUTONOMÍA LIMITADA

Si el paciente no puede realizar el autocuidado de manera autónoma, les damos algunos pasos a seguir después de cada comida:

- La limpieza oral se debe hacer con el paciente sentado y con cuidado.
- Hay que limpiar por separado los dientes de la boca y por otro lado las piezas postizas para favorecer una limpieza en profundidad.
- Humedecer una gasa con enjuague bucal o colutorio para limpiar toda la boca (encías y mucosas), y después, realizar lo mismo con una gasa con agua para enjuagar.
- Usar un limpialinguas para eliminar posibles restos de comida.
- Para finalizar secar la boca y aplicar vaselina o cacao en los labios.