



Te enseñamos

Moderada

Disfagia: cómo reconocerla en un paciente con demencia

El atragantamiento frecuente y el babeo, dos de los signos que nos pueden alertar de que nuestro ser querido tiene dificultades para tragar





Síntomas más habituales que presenta una persona con disfagia

Complicaciones asociadas a la disfagia

Recomendaciones antes de comer para evitar el riesgo de atragantamiento

Recomendaciones cuando se da de comer a una persona con disfagia

Recomendaciones para después de comer

Qué se puede hacer en caso de atragantamiento

La **disfagia o dificultad para tragar** es un problema muy frecuente entre las personas con **demencia**. Esta alteración se produce porque el camino para que el aire llegue a los pulmones (la laringe) se encuentra muy cerca del esfínter superior del esófago, el punto por el que entran los alimentos y los líquidos al esófago.

Esta proximidad entre estos dos caminos implica que el cerebro debe coordinar la respiración, la alimentación y la bebida para garantizar que a los pulmones solo llegue aire y que el esófago solo reciba alimentos o líquidos.

Pero este proceso se ve alterado en las personas con enfermedades cerebrales, como las que sufren demencia. Estos pacientes corren el riesgo de que los alimentos y la saliva lleguen a sus pulmones, lo que podría provocar su muerte, tras sufrir una **neumonía por aspiración** o, incluso, por asfixia.

Sin embargo, a pesar de su gravedad, este problema no recibe suficiente atención.

La protagonista de nuestra historia, Sofía, también desconocía el peligro que sufría su madre cada vez que se atragantaba. A través de su caso, aprenderemos cuáles son los síntomas más habituales de la **disfagia**, sus





La demencia fue progresando y con ella las dificultades que su madre experimentaba a hora de comer y de beber. Cuando ingresó en el hospital por un micro infarto cerebral, otras cuidadoras le sugirieron que la alimentara con un jeringa y que probara a que bebiera con una pajita. Afortunadamente, jamás lo intentó.

Una enfermera del hospital le previno antes y le dijo que jamás utilizara estos métodos. Le explicó que la cuchara era el modo más seguro de alimentar a su madre porque la presión que se hace sobre su lengua, cuando la introduce en su boca, favorece el reflejo de la deglución, es decir, el paso de los alimentos desde la boca al estómago.



Lo que aprendió Sofía fue que su madre sufría **disfagia** (dificultad para tragar los alimentos sólidos y líquidos) un trastorno muy serio que requería que ella se informara para tratar de evitar situaciones que la podrían poner en peligro.

Fue así como aprendió a reconocer los signos más habituales que, hasta entonces, le habían pasado desapercibidos.

Síntomas más habituales que presenta una persona con disfagia

Tos o carraspeo cuando intenta comer o beber líquidos. Esa tos puede persistir incluso después de las comidas.

Atragantamientos frecuentes.

Coincidiendo con las comidas, la persona puede experimentar cambios en la voz (ronquera o afonía).





hacerlo.

Debido a la frecuencia con que se atraganta, el paciente, por miedo, cambia sus gustos y evita determinados alimentos que antes le gustaban.

Complicaciones asociadas a la disfagia

Los problemas asociados a este trastorno no solo son esos minutos angustiosos en los que Sofía observaba aterrorizada cómo su madre parecía que se iba ahogar. Las complicaciones van mucho más allá.

Entre las principales destacan las siguientes:

Desnutrición y deshidratación provocadas porque el paciente puede dejar de comer o de beber para tratar de evitar esos momentos difíciles.

Cuando el paciente presenta problemas a la hora de tragar es probable que la comida o la bebida, que está ingiriendo, llegue a los pulmones y a la tráquea. Estos alimentos o líquidos están recubiertos por los patógenos que hay en la boca y que, normalmente, no están presentes en los pulmones, lo que puede provocar una inflamación crónica o una neumonía, que podría terminar ocasionando la muerte del paciente. A esta complicación se la conoce como **neumonía por aspiración**.

En algunas personas con trastornos cerebrales este riesgo aumenta porque, además, tienen debilitada su capacidad para activar los músculos respiratorios y generar flujos de aire para expulsar el alimento que haya





Para evitar que el paciente se distraiga, es mejor no poner la televisión, la radio o estar cerca de otras personas que estén hablando. Lo mejor es buscar un entorno tranquilo.

La posición más segura para comer es en la que el paciente está sentado con la espalda lo más recta posible y, en el momento de tragar, la cabeza debe estar ligeramente inclinada hacia delante.

Si nuestro ser querido está en la cama, hay que tratar de que se incorpore lo más posible con el fin de que su espalda esté recta. Para ello, el cuidador puede ayudarse de cojines o almohadas. Es muy importante que evite que la cabeza de la persona se vaya hacia atrás.

Recomendaciones cuando se da de comer a una persona con disfagia

Las comidas se deben tomar en los momentos del día en que nuestro ser querido no está cansado. Si se siente fatigado, aumentará el riesgo de aspiración.

Cuando damos de comer a nuestro ser querido, el cuidador no debe colocarse de pie, debe permanecer sentado para que sus ojos estén a la altura del paciente o, incluso, debajo. De esta forma se evita que la persona tenga que elevar la cabeza para tomar el alimento, una postura que resulta peligrosa para la persona con **disfagia**.

Cuando trague, nuestro ser querido debe tener la cabeza inclinada hacia abajo, como mirándose al ombligo. De esta manera, disminuye el riesgo de que el alimento pueda llegar a la vía aérea.

En los procesos de demencia, siempre se debe favorecer la autonomía del paciente. Durante la comida.





Mientras come, es mejor que el paciente no hable.

Si el paciente lleva prótesis dentales, debemos comprobar que están bien colocadas y se ajustan bien. Si no es así, es mejor quitárselas y adaptar la textura de la comida para que la pueda tomar con facilidad.

No debemos tener prisa. La persona con disfagia necesita más tiempo para comer y debemos proporcionárselo.

Antes de darle una nueva cucharadita de comida, hay que comprobar primero que ha tragado la anterior, que la comida no permanece en los carrillos.

Recomendaciones para después de comer

Una vez que la madre de Sofía ha terminado de comer, ella se aproxima con ternura e intenta que su madre abra la boca para asegurarse de que no han quedado restos de comida. Lo que suele hacer es pedírselo con cariño, mientras ella hace lo mismo con el fin de que la imite. En el caso de que queden restos, procede a retirarlos con cuidado para evitar que su madre se atragante.

También es muy importante que nuestro ser querido **se lave la boca**. Si él mismo ya no puede hacerlo, nosotros deberemos proceder a lavarle la boca con cuidado. Además de aumentar su bienestar al sentirse limpio, impediremos el crecimiento de bacterias en la boca, que podrían provocar una infección en los pulmones, en caso de que se produjera una aspiración.

Si queremos que nuestro ser querido se eche la siesta, no debemos acostarle rápidamente. Es mejor que





Una vez que la tos ha cesado, la persona debe seguir inclinada hacia delante e intentar tragar con fuerza varias veces hasta que los restos de los alimentos pasen.

Cuando todo haya terminado, y la persona se encuentre tranquila, podría beber agua con espesante.

Fecha de publicación: 21 octubre 2020

CONDICIONES DE USO DEL SERVICIO

La información facilitada por este medio no puede, en modo alguno, sustituir a un servicio de atención médica directa, así como tampoco debe utilizarse con el fin de establecer un diagnóstico, o elegir un tratamiento en casos particulares. En este servicio no se hará ninguna recomendación, explícita o implícita, sobre fármacos, técnicas, productos, etc. que se citarán únicamente con finalidad informativa. La utilización de este servicio se lleva a cabo bajo la exclusiva responsabilidad de los usuarios.

¿TE AYUDAMOS?

Estamos a tu lado para ayudarte a buscar soluciones que se adapten a ti y a tu familiar.

