



MÉS INFORMACIÓ

Fundació MAP

Unitat de Benestar

972 70 31 04

www.fundaciomap.com

Amb el suport del Departament de Salut
de la Generalitat de Catalunya

Què és la disfàgia?

CAUSES I CONSELLS

LA DISFÀGIA



És la dificultat per empassar o deglutir líquids i/o sòlids per l'alteració d'una o més fases de la deglució

QUAN PODEM SOSPITAR?

- Babeig.
- Augment del temps necessari per mastegar.
- Disminució de la sensibilitat oral.
- Incapacitat per eliminar les restes de menjar de la boca.
- Sortida de menjar o líquid pel nas.
- Tos després de menjar.
- Canvi de veu després de la ingesta “veu humida”.
- Dificultat per acabar un àpat en un temps considerat raonable (aprox. 30 min)
- Sudoració durant els àpats.
- Negativa a menjar certs aliments.



QUÈ POT PROVOCAR?

- Desnutrició.
- Deshidratació.
- Pèrdua de pes.
- Problemes respiratoris, pneumonia...
- Restrenyiment.
- Reducció de la qualitat de vida de la persona.

CONSELLS

- Deixar que la persona descansi durant 30 minuts abans i després dels àpats (sempre assegut).
- Evitar aliments enganxosos i els que es dispersen per la boca: raïm, galetes...
- Evitar plats amb doble consistència: sopa de pasta, llet i cereals, taronja...
- És important la neteja bucodental amb un raspall de dents després de cada àpat.
- Evitar distraccions durant els àpats.

