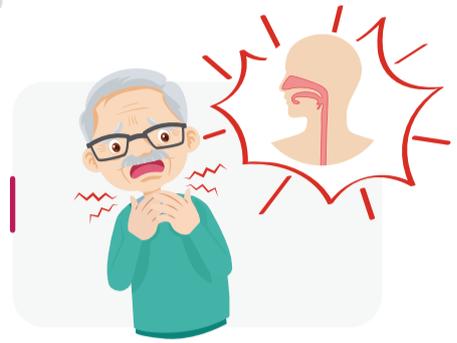


Relevancia de la estandarización de las consistencias de los alimentos en la disfagia

Disfagia: ¿qué es, cómo identificar si se presenta esta condición y qué impacto tiene para la salud?

¿Qué es la disfagia?

Es la dificultad para ingerir los alimentos, bebidas o agua, esta puede ocurrir en cualquier parte del tránsito del alimento, desde que ingresa a la boca. La disfagia es más frecuente en personas de edad avanzada¹.



Las personas con disfagia deben consumir alimentos en consistencias específicas para que su alimentación sea segura y no exista riesgo de que la comida se vaya hacia las vías respiratorias¹.

¿Cuándo sospechar que una persona presenta disfagia?



Identificar si se presentan síntomas específicos puede ayudar a que se realice un diagnóstico temprano de la disfagia. Algunos de estos síntomas son²:



Dificultad para ingerir bebidas, agua o saliva



Dificultad para ingerir alimentos sólidos



Esfuerzo para ingerir pastillas



Necesidad de asistencia para el consumo de alimentos



Dolor al ingerir alimentos, bebidas o agua



Reducción del placer de comer por la dificultad de ingerir alimentos, bebidas o agua



La comida se pega a la garganta al momento de comer



Sentir estrés o ansiedad por el momento de la comida



Presencia de tos o ahogo cuando se ingieren alimentos, bebidas o agua



Pérdida de peso por bajo consumo de alimentos

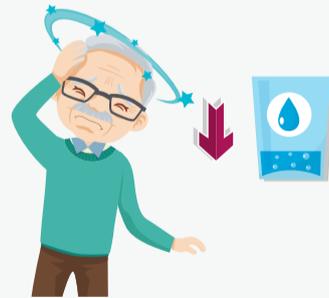
¿Qué riesgos para su salud tienen los pacientes con disfagia?

Ahogamiento



Paso de los alimentos, bebidas o agua hacia las vías respiratorias, causando ahogo o problemas respiratorios

Deshidratación



La dificultad para consumir alimentos, bebidas o agua hace que haya un aporte deficiente de líquidos de la alimentación, causando deshidratación

Desnutrición



La dificultad para consumir alimentos y/o bebidas lleva a una baja ingesta alimentaria, aumentando el riesgo de deterioro del estado nutricional

Estandarización de las consistencias de los alimentos en la disfagia

¿Por qué estandarizar las consistencias de los alimentos?



Para que la alimentación sea segura para los pacientes, la consistencia de esta debe ajustarse según la capacidad para ingerir los alimentos, bebidas o agua

¿Qué se conseguirá con esto?

- Menor riesgo de ahogo por aspiración de alimentos, bebidas o agua
- Mejora de la capacidad de deglución e ingesta alimentaria
- Reducción de pérdidas de alimentos

¿Qué es la IDDSI?^a

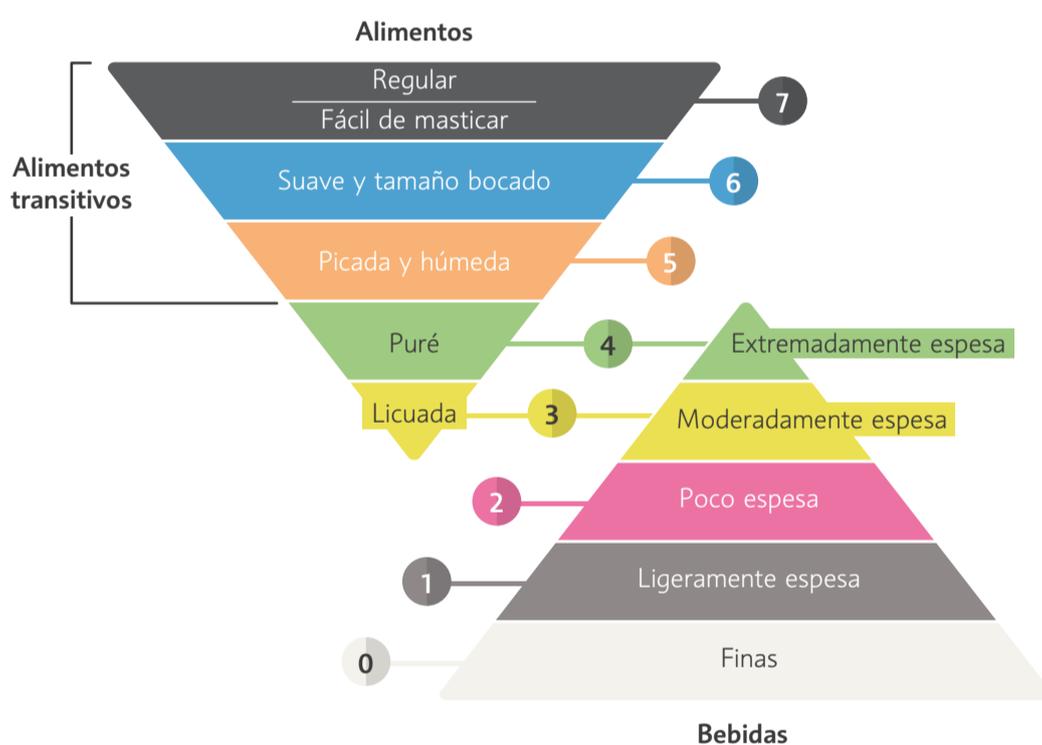


La Iniciativa Internacional para la Estandarización de la Dieta para la Disfagia (IDDSI) es una organización que establece un marco de definiciones globales estandarizadas basadas en la evidencia para clasificar los alimentos con textura modificada y bebidas espesas indicados en pacientes con disfagia⁴



El marco de la IDDSI establece una escala de consistencias que consta de 8 niveles (0 a 7), identificados con colores y descriptores detallados, junto con una serie de pruebas para evaluar las consistencias y determinar si estas son adecuadas según la escala⁴

Escala IDDSI para la estandarización de las consistencias de los alimentos⁴



Descripción de los niveles de consistencia del marco IDDSI^{4,a}

Los niveles de consistencia del marco IDDSI tienen diferentes características. A continuación, se muestra la descripción de cada uno de los niveles del marco IDDSI.

Bebidas

Nivel	Consistencia	Descripción/características
0	Fina	El líquido fluye rápidamente. Puede beberse mediante cualquier tipo de chupo, vaso o pitillo.
1	Ligeramente espesa	La consistencia es más espesa que el agua, pero puede fluir a través de un pitillo, vaso, jeringa o chupo. Requiere un poco más de esfuerzo para beberse en comparación con la consistencia Nivel 0.
2	Poco espesa	Es sorbible con pitillo, pero requiere esfuerzo leve para ser succionada. Al inclinar una cuchara que contenga un fluido con esta consistencia, este se derrama de forma más lenta que una bebida con textura fina.
3	Moderadamente espesa	Puede beberse de un vaso o comerse con cuchara, pero no con tenedor. Requiere esfuerzo moderado para ser succionada a través de un pitillo. No logra amontonarse o moldearse sobre un plato. No necesita ser triturada o masticada para consumirse. Presenta textura homogénea, sin grumos, fibras, pedazos de cáscara, piel, cartílago o hueso.
4	Extremadamente espesa	Usualmente se lleva a la boca con una cuchara, pero también puede hacerse con tenedor. No puede beberse de un vaso ni succionarse a través de un pitillo. No requiere masticación. Puede almacenarse, formar capas y ser moldeada sobre un plato. Mantiene su forma sobre la cuchara. Cuando la cuchara se inclina, cae en una sola cucharada y continúa manteniendo su forma sobre el plato. No tiene grumos ni es pegajosa. El líquido no se separa del sólido.

^a. Ver aviso legal para conocer acerca de la política de uso del contenido creado y establecido por la IDDSI

Alimentos

Nivel	Consistencia	Descripción/características
5	Picada y húmeda	Puede comerse con tenedor, cuchara o con palillos. Podría servirse y ser moldeada sobre un plato. Es blanda y húmeda, sin líquido fino de acompañamiento. Contiene pequeños grumos visibles que se aplastan fácilmente con la lengua.
6	Suave y tamaño bocado	Puede comerse con tenedor. Para cortar esta textura, no se hace necesario el uso de un cuchillo. Podría ser aplastada con la presión de un tenedor, cuchara o palillos. Requiere masticación antes de ser deglutida. Es suave, blanda y húmeda, sin líquido fino aparte. El "tamaño bocado" de las piezas depende del tamaño del alimento y de la capacidad de la persona para masticar y deglutirlo. En niños se sugieren bocados de 0,8 cm y en adultos de 1,5 cm.
7	Fácil de masticar	Alimentos normales de texturas suaves y tiernas que se ajusten al desarrollo y la edad del paciente. Requiere masticación. Se puede utilizar cualquier método para comer estos alimentos. El tamaño de la partícula no está restringido en el Nivel 7 y por lo tanto los alimentos pueden ser de diferentes tamaños. No incluye trozos, semillas, cáscara, cartílago o huesos duros, fibrosos, crujientes o desmenuzables. Puede incluir alimentos y líquidos de consistencia mixta, es decir, que tienen tanto consistencia tanto sólida como líquida, esto según el criterio médico. No se recomienda para personas con riesgo de ahogamiento.
	Regular	Aplica cualquier alimento de textura variada apropiado según la edad y el desarrollo. Para comer estos alimentos, se puede emplear cualquiera de los métodos anteriormente descritos. No existe restricción del tamaño de bocado ni del tipo de textura. Es necesaria la masticación, la fuerza y el control de la lengua para masticar y deglutir los alimentos de forma apropiada.

¿Cómo evaluar la consistencia de los alimentos según el marco IDDSI?

Es necesario evaluar de forma objetiva las consistencias de los alimentos según cada nivel de la escala. La IDDSI establece una serie de pruebas para evaluar las consistencias y determinar si estas son adecuadas según la escala.

Bebidas - Prueba de la jeringa

Consistencias que evalúa: sirve para evaluar los niveles de consistencia de las bebidas (niveles 0 a 4)

Elementos necesarios para la prueba: dos jeringas de 10 ml y un cronómetro

Fundamento de la prueba:



1 Toma la jeringa y retira el émbolo



2 Cubre la punta de la jeringa con el dedo meñique



3 Llena la jeringa con el fluido que evaluarás. Utiliza la otra jeringa



4 Retira el dedo de la punta de la jeringa y cronometra 10 segundos



Pasados los 10 segundos, coloca de nuevo el dedo sobre la punta para detener el flujo del fluido y evalúa en qué número de la escala quedó ubicado el fluido dentro de la jeringa, utilizando la clasificación que se muestra en la imagen

En el ejemplo de la imagen, el fluido está entre 4 y 8 ml, lo que significa que tiene un nivel 2 de consistencia



Bebidas espesas - Prueba del tenedor

Consistencias que evalúa: sirve para evaluar los niveles de consistencia de las bebidas espesas (niveles 3 y 4)

Elementos necesarios para la prueba: un tenedor

Fundamento de la prueba:

Sumerge el tenedor en la preparación y sácalo de forma horizontal



La consistencia será nivel 3 si el fluido gotea lentamente o en hebras a través de las ranuras del tenedor



En la consistencia nivel 4 gran parte del fluido quedará sobre el tenedor y una pequeña cantidad fluirá a través de las ranuras del tenedor, en forma de gota que no cae ni gotea

Bebidas extremadamente espesas - Prueba de la cuchara

Consistencias que evalúa: sirve para evaluar el nivel de consistencia de los fluidos extremadamente espesos (nivel 4)

Elementos necesarios para la prueba: una cuchara y un plato

Fundamento de la prueba:



Coloca el plato sobre una superficie y toma una cucharada colmada de la preparación a evaluar



Encima del plato, inclina la cuchara de medio lado con el objetivo de vaciar su contenido



La consistencia será nivel 4 si todo el contenido de la cuchara cae en el plato de manera simultánea y aglomerada

Alimentos suaves, firmes y duros - Prueba con el tenedor

Prueba del cumplimiento del tamaño de partículas

Consistencias que evalúa: sirve para evaluar los niveles de consistencia 5 y 6

Elementos necesarios para la prueba: un tenedor

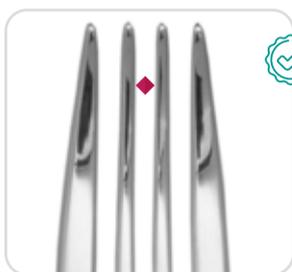
Fundamento de la prueba: esta prueba evalúa el tamaño de las partículas utilizando un tenedor



Los espacios entre las ranuras del tenedor miden por lo general 0,4 cm



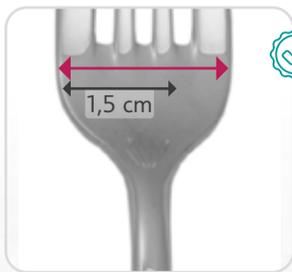
En Colombia, el ancho del tenedor mide por lo general 2,5 cm



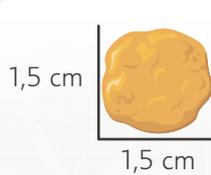
Nivel 5



Si la partícula de la comida mide la distancia entre las ranuras del tenedor, será consistencia nivel 5



Nivel 6



Si el tamaño de la partícula de la comida mide 1,5 cm de ancho y 1,5 cm de largo, será consistencia nivel 6

¿Qué son los alimentos transitivos que están en el marco IDDSI?

Son alimentos que presentan consistencia sólida y firme cuando entran a la boca y debido a la humedad, saliva y temperatura, cambian de consistencia

Demandan mínima masticación y son utilizados por los profesionales en fonoaudiología dentro de sus terapias para desarrollar o rehabilitar habilidades masticatorias

Ejemplo:



Merengue



Bolas de queso horneadas



Galletas tipo waffer



Helado



Papas de paquete

¿Existen alimentos que deban ser evitados dentro de la alimentación de una persona con disfagia por su seguridad?



Es importante evitar suministrar ciertos alimentos o incluirlos dentro de las preparaciones para las personas con disfagia con el fin de disminuir el riesgo de que estos pasen hacia las vías respiratorias y causen ahogamiento. Estos son:



Alimentos con texturas fibrosas, como espárragos, apio, piña, lechuga, habichuela, mango, yuca, el tallo de las acelgas



Alimentos con pieles o semillas, como kiwi, fresas, tomate y granadilla



Alimentos pegajosos, como miel, dulce de leche, tamal, hayaca, envuelto, caramelos masticables, pan molde, leche condensada y gelatina



Alimentos resbaladizos, como lentejas, frijoles, garbanzos, arroz, maíz, aceitunas, cerezas, uvas, uchucas



Alimentos duros, como almendras, maní, pistachos, nueces, y caramelos



Preparaciones con doble consistencia, como leche con cereal, sopas con recado y sandía

Por la seguridad y salud del paciente, es importante conocer cuál es la consistencia que puede consumir (esta es indicada por el profesional en fonoaudiología), evaluar de forma objetiva que los alimentos que se le suministren se encuentren ajustados a esta e identificar qué alimentos se deben evitar para así reducir los riesgos para su salud



Material elaborado en colaboración con la Fonoaudióloga Yedy Patricia Tibaduiza Bayona

Referencias

1) Rodríguez MN et al. Sociedad Gallega de Otorrinolaringología y Patología Cérvico-Facial. 2018; 1:1-287. 2) Burgos R et al. Nutr Hosp. 2012; 27(6):2048-2054. 3) Gallegos C et al. Adv Food Nutr Res. 2017;81:271-318. 4) International Dysphagia Diet Standardisation Initiative. Complete IDDSI Framework. Detailed definitions 2.0 | 2019. p. 26. Disponible en: https://iddsi.org/IDDSI/media/images/Complete_IDDSI_Framework_Final_31July2019.pdf

AVISO LEGAL

Este material "Relevancia de la estandarización de las consistencias de los alimentos en la disfagia" © 2021, elaborado por BOYDORR S.A.S., se encuentra licenciado bajo la licencia Creative Commons Atribución/Reconocimiento-CompartirIgual 4.0 Internacional. CC BY-SA 4.0
Para ver una copia de esta licencia, visite: <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Este material fue elaborado para fines no comerciales, a partir de la traducción y adaptación parcial del Marco IDDSI, desarrollado por Iniciativa Internacional de Estandarización de la Dieta para la Disfagia (IDDSI) en el año 2019, licenciado bajo la licencia Creative Commons Atribución/Reconocimiento-CompartirIgual 4.0 Internacional (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode>), que puede ser consultado en el siguiente enlace: <https://iddsi.org/framework>.

Este material es para uso informativo y educacional, bajo la orientación de un profesional de la salud. Contiene información que no reemplaza la valoración y el criterio del profesional de la salud ni la necesidad de decisiones clínicas adecuadas para cada caso. BOYDORR S.A.S. ofrece el material, tal como es y tal como está disponible y no se hace responsable ni ofrece garantías de ningún tipo respecto al material, ya sea de manera expresa, implícita, legal u otra. Esto incluye, de manera no taxativa, las garantías de título, comerciabilidad, idoneidad para un propósito en particular, no infracción, ausencia de vicios ocultos u otros defectos, la exactitud, la presencia o la ausencia de errores, sean o no conocidos o detectables

Estos NO son recursos, materiales o programas educativos oficiales de IDDSI y NO están destinados a reemplazar los materiales y recursos de www.IDDSI.org