

FUREGA pone a disposición de los profesionales de la salud vídeos divulgativos y un recetario que incrementa el interés por la comida de sus pacientes con disfagia orofaríngea

Muchos pacientes no aceptan bien la dieta adaptada y comen menos, lo que les hace más frágiles y vulnerables

GACETA MÉDICA

Madrid

María sufrió un ictus y se le diagnosticó de disfagia orofaríngea hace 1 año. Fue un alivio para ella saber por qué motivo, al comer, tosía con frecuencia y muchas veces se atragantaba. A partir de ese momento, su médico le comunicó que debía modificar la textura de los alimentos sólidos y líquidos. Pese al consejo de un equipo multidisciplinar de profesionales de la salud y de toda la información recibida durante su ingreso hospitalario, después del alta, María no acababa de adaptarse a la nueva dieta: cada vez comía menos. Antes hacía la compra a diario en el mercado de su barrio; ahora había dejado de hacerla y no tenía para ella ningún aliciente abrir la nevera y decidir el menú diario.

"Esta es una situación, de monotonía y apatía por la comida, que nos explican con mucha frecuencia tanto los pacientes

como sus familiares, cuidadores y los profesionales que los tratan. Tras la evaluación clínica de las necesidades nutricionales de la persona afectada y la adaptación de fluidos (volumen y viscosidad), con una triple adaptación de los alimentos, el paciente inicia una dieta adaptada según el grado de disfagia, que no siempre es fácil de aceptar", afirma el Pere Clavé, especialista en disfagia y fundador de FUREGA, fundación formada por médicos especialistas en gastroenterología y pionera en España en abordar esta patología.

El principal objetivo de la comida texturizada es alimentar a las personas de forma segura, pero también lo es conseguir una estimulación sensorial a través de los sabores y evitar el rechazo para lograr que la persona esté correctamente nutrida.

Por este motivo, FUREGA inició hace un año un proceso de creación de vídeos divulgativos y de 100 recetas adaptadas y

seguras que son, a la vez, sabrosas y atractivas para el paciente. "Este recetario está en la parte privada de nuestra web corporativa, para que sean los profesionales de la salud quienes lo faciliten a sus pacientes y les ayude a gestionar la historia dietética del paciente y a hacer su seguimiento. Es una herramienta para el profesional en beneficio del usuario", afirma Clavé, que ha sido también fundador de la European Society for Swallowing Disorders (ESSD).

"Las personas con disfagia creen que están condenados a comer siempre lo mismo, en triturados de escaso sabor y con espesantes. En FUREGA hemos trabajado para que los pacientes puedan disfrutar de la fruta y de la verdura de temporada, en platos adaptados pero atractivos, respetando escrupulosamente la textura adecuada a su capacidad de deglución, pero conservando los sabores y la presentación", asegura Clavé. "Ha sido un

gran reto, aunque pueda parecer sencillo a simple vista. Hemos introducido diferentes formas de cocinar, no sólo los hervidos; hemos seleccionado y pesado los alimentos teniendo en cuenta que el plato aumente la variedad de ingredientes, colores y sabores y hemos hecho triturados múltiples. La persona debe saber cuándo está comiendo un primer plato, un segundo o un postre para motivar la ingesta". Las recetas son reproducibles en el domicilio de los pacientes por sus familiares y cuidadores.

En la actualidad, los trastornos de la función deglutoria son una pandemia emergente que afecta ya a más de 2 millones de españoles. La disfagia orofaríngea (DO) alcanza, según diversos estudios, a 1 de cada 4 personas mayores y ya se la considera un síndrome geriátrico (más del 65% de los residentes la padecen). Pero no sólo afecta a los más mayores: cerca del 90% de las personas

que tienen Alzheimer, Parkinson o esclerosis lateral amiotrófica (ELA), en fases avanzadas, padecen DO. También el 45% de quien ha padecido un ictus.

Las principales complicaciones de las alteraciones en la eficacia de la deglución son la malnutrición y la deshidratación, así como la broncoaspiración, las infecciones respiratorias y la neumonía aspirativa.

El programa de vídeo con las recetas ha sido desarrollado por la Fundación FUREGA gracias al soporte de Danone Nutricia Research. Se ha contado también con la colaboración de la Escola Superior de Hosteleria de Barcelona (ESHOB) y se ha implementado en centros sanitarios, centros educativos y residencias geriátricas en colaboración con el Consorci Sanitari del Maresme, Catering Arcasa SA, Fundació Maresme, Sehrs Food y PECT Mataró-Maresme: Ecosistema d'Innovació per a les Ciutats Cuidadores.



La Fundación FUREGA al servicio de los profesionales de la Salud para ayudar a las personas que padecen disfagia.

www.furega.com

La disfagia es una enfermedad grave con una prevalencia alta en los grupos de riesgo

65%

Sufren disfagia cerca del 65% de residentes en instituciones geriátricas.

45%

El 45% de las personas que han padecido un ictus tienen disfagia.

90%

En el 90% de casos la disfagia no se diagnostica ni se trata lo que expone al paciente a complicaciones nutricionales y respiratorias.



La disfagia ocasiona una situación de vulnerabilidad al paciente ya que **pierde la capacidad para hidratarse y alimentarse adecuadamente.**



Es muy importante que las dietas sean adaptadas y seguras, pero también agradables y apetecibles para que el enfermo no pierda las ganas de comer.

La web www.furega.com es un espacio de referencia para pacientes, familiares y cuidadores de pacientes con disfagia que incluye vídeos divulgativos y más de 100 video-recetas adaptadas.

Ver ejemplo de receta



Los profesionales de la salud pueden acceder a ellas gratuitamente y facilitarlas a sus pacientes para mejorar su calidad de vida. Sólo tienen que registrarse en

furega.com/alta-recetas

FUREGA es una entidad sin ánimo de lucro que tiene por objetivo promover la investigación sobre la disfagia, facilitar información a los enfermos y a sus familiares, y realizar campañas de sensibilización sobre la enfermedad.