

## NUTRICIÓN

NESTLÉ NUTRITION PATROCINA ESTA SECCIÓN



# Disfagia, un síndrome poco conocido

Los alimentos de textura modificada son una solución segura en pacientes con dificultades para tragar

**CARMEN ESPINOSA**  
Barcelona

La disfagia orofaríngea o dificultad para tragar es un trastorno poco conocido, pero muy frecuente y grave, asociado a diferentes enfermedades neuromusculares y neurodegenerativas y al propio envejecimiento. La disminución de la coordinación de los músculos linguales, de la fuerza de masticación y secreción salival, la dificultad en la propulsión del bolo alimentario y la ralentización del sistema neuromuscular explica la elevada prevalencia en las personas mayores. Este trastorno afecta a un 23% de la población mayor de 70 años que vive en sus domicilios, a un 40% de individuos de esta edad atendidos en hospitales por enfermedades agudas y a más del 50% de

## La prevalencia de malnutrición en ancianos con disfagia orofaríngea es muy elevada

personas que viven en residencias, según varios estudios recientes elaborados en España.

**Dificultad para tragar.** Se trata de un trastorno estructural o funcional de los mecanismos musculares y neurológicos de la deglución que provoca una dificultad de la transferencia del bolo alimentario desde la boca hasta el esófago. “Muchos pacientes no son conscientes de los síntomas y signos de disfagia y desconocen que este trastorno puede diagnosticarse y tratarse”, indica el

Dr. Pere Clavé, director de la Unidad de Exploraciones Funcionales Digestivas del Hospital de Mataró. El cuidador y la familia del paciente deben ser el primer nivel de alerta para las personas con disfagia. “Atragantarse con determinados alimentos, toser durante o después de la ingesta de líquidos, tener la sensación de tener un residuo en la garganta, hacer un sobreesfuerzo para tragar los alimentos o la medicación, e incluso perder peso o tener fiebre sin motivo aparente, debe hacer pensar en la posibilidad de una disfagia orofaríngea”, advierte Clavé.

**Consecuencias graves.** La dificultad para tragar puede derivar en complicaciones muy graves para el paciente, desde la desnutrición y/o deshidratación debida a una disminución en la ingesta de alimentos y líquidos hasta infecciones respiratorias o neumonías por aspiración, que suponen la principal causa de mortalidad en estos enfermos.

“Debido a la desnutrición, el paciente pierde masa muscular, lo que empeora todavía más su capacidad para tragar al disminuir la fuerza de los músculos deglutorios”, añade Pere Clavé, presidente de la “European Society for Swallowing Disorders” (Sociedad Europea de los Trastornos de la Deglución).

**Texturas modificadas, una deglución segura.** La modificación de la textura de los alimentos y líquidos es una de las primeras estrategias terapéuticas para los pacientes con disfagia. Los purés de consistencia suave y uniforme, sin grumos, semillas y hebras así como los líquidos espesados favorecerán una deglución segura en estos pacientes. “Diversos estudios demuestran

que el incremento de viscosidad del bolo a texturas similares a las de un “pudding” mejora la deglución y evita las aspiraciones”, comenta el facultativo.

Existen preparados nutricionales de elevada densidad nutricional adaptados en texturas, que pueden adquirirse en farmacias que ayudan a mantener un buen estado de salud en el paciente con disfagia. ●

## Necesidad de un diagnóstico precoz

■ “La mayoría de estos pacientes nunca van a ser diagnosticados ni tratados adecuadamente a pesar de que la disfagia está reconocida como un trastorno importante para la salud por la OMS”, advierte Pere Clavé. En este sentido, el facultativo aboga por una educación y formación continuada para que los profesionales sanitarios puedan reconocer y atender a estas personas.

### EJEMPLOS DE DIETAS EQUILIBRADAS Y VARIADAS

Menú	1	2	3
DESAYUNO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papilla de cereales: 1 vaso de leche semidesnatada + 3 cucharadas soperas de Resource Cereal Instant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papilla de frutas con yogur: 1 yogur natural líquido + 1 cucharada soperas colmada de Resource Cereal Instant Multifrutas + 1/2 manzana al horno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papilla de cereales: 1 vaso de leche semidesnatada + 3 cucharadas soperas de Resource Cereal Instant</li> </ul>
COMIDA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de calabaza</li> <li>• Puré de ternera a la jardinera: 1 tarro de Resource Puré de Ternera a la jardinera</li> <li>• Resource Flan de Frutas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de setas con almendras molidas</li> <li>• Puré de lomo con patatas: 1 tarro de Resource Puré de Lomo con patatas</li> <li>• Resource Puré de frutas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de puerros</li> <li>• Puré de merluza con bechamel: 1 tarro de Resource Puré Merluza con bechamel</li> <li>• Resource flan de frutas</li> </ul>
MERIENDA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papilla de compota de melocotón, plátano y manzana: 1 yogur natural líquido + 3 cucharadas soperas de Resource Compota de frutas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz con leche: 1 vaso de leche semidesnatada + 3 cucharadas soperas de Resource Cereal Instant, crema de arroz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papilla de compota de manzana y pera: 1 yogur natural líquido + 3 cucharadas soperas de Resource Compota de frutas</li> </ul>
CENA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de verduras</li> <li>• Puré de pescado con verduras: Caldo + 5 cucharadas soperas de Resource Puré Instant de Pescado con verduras</li> <li>• Yogur natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de brócoli</li> <li>• Puré de huevos a la provenzal: Caldo + 5 cucharadas soperas de Resource Puré Instant de Huevos a la provenzal</li> <li>• Yogur natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de zanahorias</li> <li>• Puré de buey con guisantes: Caldo + 5 cucharadas soperas de Resource Puré Instant de Buey con guisantes</li> <li>• Yogur natural</li> </ul>

### MEDICINA SOLIDARIA

## Millones de personas en el mundo siguen olvidadas

La oenegé DNDi ha desarrollado desde 2007 cinco nuevos medicamentos para curar a los más desfavorecidos

**PATRICIA GONZÁLEZ**  
Barcelona

Iniciativa Medicamentos para Enfermedades Olvidadas (DNDi, www.dndi.org) es una organización sin ánimo de lucro, orientada a la investigación y desarrollo de tratamientos para las enfermedades que afectan a millones de personas en el mundo, las más pobres. Su lucha diaria se centra en conseguir medicamentos seguros, eficaces y, muy importante, asequibles para la leishmaniasis, tripanosomiasis humana africana (enfermedad del sueño), enfermedad de Chagas, malaria, infecciones helmínticas (por gusanos) y VIH pediátrico.

Fue fundada en 2003 por Médicos Sin Fronteras (MSF), la Fun-

dación Oswaldo Cruz de Brasil, el Consejo Indio de Investigación Médica, el Instituto Keniano de Investigación Médica, el Ministerio de Salud de Malasia, el Instituto Pasteur y la OMS-TDR. Desde sus inicios esta organización se marcó como objetivo llegar hasta 13 nuevos tratamientos en 2018. Y van por el buen camino. Desde 2007 DNDi ha creado un nuevo tratamiento cada año, cinco en total. Dos combinaciones de dosis fija para la malaria (ASAQ, desarrollado con Sanofi, y ASMQ, desarrollado con Fiocruz), NECT (para la enfermedad del sueño), SSG y PM (terapia para el tratamiento de la leishmaniasis visceral en África) y nuevas combinaciones para la leishmaniasis visceral en Asia.

Su misión es intentar cubrir el vacío que la industria farmacéutica había dejado y ofrecer mejores opciones para los tratamientos. “Les llamamos enfermedades olvidadas porque en los países ricos son prácticamente inexistentes, residuales. Los pacientes son pobres, olvidados y no representan un mercado lucrativo porque no tienen recursos”, destaca Graciela Diap, asesora médica de la organización. Es el caso, por ejemplo, de una de sus nuevas apuestas: el VIH pediátrico. Existen más de dos millones y medio de niños menores de 15 años infectados por el VIH en países subdesarrollados, con casi 1.200 nuevos casos al día. Sin tratamiento, un tercio de los nacidos con VIH morirá antes del primer año, el 50%



**Asequibles.** Una de las prioridades de DNDi es asegurar el acceso a los tratamientos

apenas llegará a los dos, y el 80% morirá antes de cumplir los cinco.

Además, una de las prioridades de DNDi es desarrollar medicamentos asequibles. ASAQ, para tratar la malaria, es un fármaco que se administra en tres días a un coste de 1€ para adultos y 50 céntimos para niños. Gracias a esta iniciativa se han distribuido más de 100 millones de tratamientos en todo el mundo. Sin embargo, recalca Diap, “para mucha gente sigue siendo mucho dinero. Por ese precio prefieren comprar arroz y alimentar

con él a toda la familia”. Desde DNDi recuerdan que esta lucha no la pueden llevar a cabo solos. “Debemos concienciar al mundo acerca de la necesidad de desarrollar nuevos medicamentos para las enfermedades olvidadas, y para eso es imprescindible una mayor responsabilidad pública”.

Con el soporte de

farmaindustria