UNIVERSITÀ DI TRENTO | CIMeC Center for Mind/Brain Sciences
CeRiN - Centro di Riabilitazione Neurocognitiva



# *DISFAGIA*

# *Istruzioni per l'uso*

*A cura delle logopediste del CeRiN*

Francesca Blasiol

Silvia Frainer

**Disfagia: istruzioni per l'uso**

Immagini tratte da www.freepik.com

Realizzato a settembre 2023

# COS'È LA DISFAGIA

La disfagia è il termine medico con il quale si indica la **difficoltà a deglutire** cibi solidi o liquidi.

Può interessare **tutte le fasce di età** e può manifestarsi anche nel soggetto sano anziano per le conseguenze fisiche dell'invecchiamento delle strutture coinvolte nella deglutizione.

La disfagia può essere un **sintomo transitorio o permanente**.



## Cause della disfagia

- **Neurologiche**: ictus, traumi cranici ma anche patologie degenerative (Parkinson, SLA, demenza…)
- **Respiratorie**
- **Oncologiche**: tumori testa collo, radiazioni/chemioterapia
- **Gastrointestinali**: reflusso

## Conseguenze

La disfagia può provocare una serie di complicanze, alcune anche potenzialmente gravi.

| | | |
|---|---|---|
| Malnutrizione | Disidratazione | Inappetenza |
| Perdita di peso | Polmonite ab ingestis | Soffocamento |

# CAMPANELLI D'ALLARME



**TOSSE**: tosse o necessità di schiarirsi la voce durante o dopo i pasti



**VOCE GORGOGLIANTE O RAUCEDINE**: modificazioni della sonorità della voce dopo la deglutizione



**RESIDUI DI CIBO**: resti di cibo che rimangono in bocca anche dopo la fine del pasto



**LENTEZZA A DEGLUTIRE**: tempi prolungati nell'assunzione del pasto, masticazione lenta



**FEBBRE**: alterazioni della temperatura corporea senza causa evidente (febbre 37.5)



**INFEZIONI RESPIRATORIE**: frequenti infezioni respiratorie



**FASTIDIO A DEGLUTIRE**: sensazione di dolore o fatica nel deglutire determinati alimenti

**Aspirazione:** passaggio di cibo nelle vie aeree. Può manifestarsi con:

- senso di soffocamento, tosse insistente, comparsa di colorito rosso
- in modo più silente

Le complicanze possono portare a infezioni bronco-polmonari (polmonite ab ingestis)

# COMPORTAMENTI DA ADOTTARE PER UN PASTO IN SICUREZZA

- Mangiare in **posizione seduta**,
  con le braccia appoggiate e il tronco eretto.



- Mangiare in **ambiente tranquillo** e poco rumoroso, lentamente e con attenzione (evitando di parlare o guardare la televisione durante i pasti).

- Ogni tanto eseguire **piccoli colpi di tosse**,
  per controllare la presenza di cibo in gola.



- **Deglutire a vuoto** ogni 2-3 bocconi

- Mantenere un'**accurata igiene del cavo orale**,
  evitando ristagni di cibo, muco e saliva
  che potrebbero compromettere
  la deglutizione e favorire l'insorgenza di infezioni.



- A fine pasto **mantenere la posizione seduta** per almeno 30 minuti.

# CIBI A CUI PRESTARE ATTENZIONE



Pastina in brodo, minestrone con verdure a pezzi, gelato con nocciole, yogurt con pezzi di frutta e altri alimenti in cui coesistono la consistenza solida e liquida



Riso, mais, pasta in formati piccoli o spaghetti



Biscotti e crackers friabili, che si possono sbriciolare



Gnocchi e altri cibi appiccicosi che aderiscono al palato



Verdure filamentose come finocchio, carciofo, fagiolini con filo; buccia della frutta, uva e altri alimenti fibrosi



Frutta secca e caramelle se dure e compatte



Polveri come cannella e cacao. Alimenti speziati, pepati o piccanti perché potrebbero indurre tosse

# A CHI RIVOLGERSI

In caso di difficoltà nella deglutizione si consiglia di rivolgersi ad un logopedista che farà una valutazione approfondita e saprà guidarvi attraverso attività di counselling e/o trattamento riabilitativo con l'obiettivo di raggiungere un'alimentazione sicura.

**NOTE**

**Centro di Riabilitazione Neurocognitiva (CeRiN)**

Trade Center Via Matteo del Ben, 5/b 38068 Rovereto
cerin@cimec.unitn.it
Tel. (+39) 0464 808152