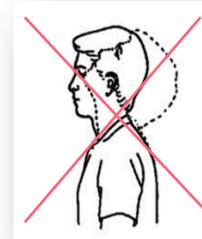


Anexo-1-

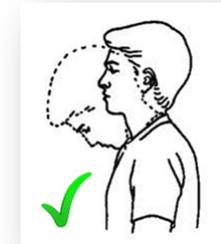
RECOMENDACIONES PARA PACIENTES COVID-19 CON DISFAGIA OROFARÍNGEA DURANTE EL INGRESO

1. Únicamente se dará de comer al paciente si está **alerta, no agitado, no somnoliento ni bajo sedación.**
2. Postura para la alimentación:

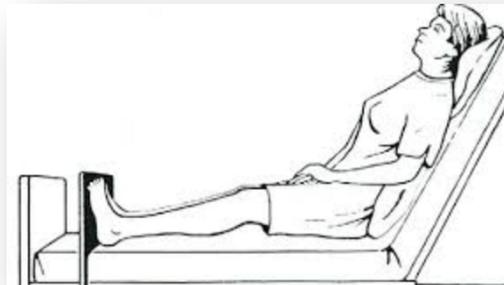
a. Evitar la hiperextensión de la cabeza como norma general.



b. La postura deglutoria más útil para que la alimentación sea segura tanto con líquidos como con sólidos es la **postura “mentón-esternón”**, que podrá realizar el paciente por él mismo, o asistirle quien le esté dando de comer.



c.



d. Si está encamado **incorporar la cama** hasta 60-80º

- e. Si está en sedestación, **espalda alineada y apoyada** en respaldo de la silla
- f. Después de la ingesta, permanecer 15-30 minutos sin tumbarse.



- 3. Para la ingesta de **alimentos sólidos**: Promover alimentación autónoma, si no es posible, tener en cuenta lo siguiente:
 - a. Bolos pequeños: utilizar cuchara de postre o la mitad de una cuchara sopera.
 - b. Utilizar mismo ritmo de alimentación, más bien lento, y no dar más hasta que no haya limpiado del todo la cavidad oral.
 - c. Utilizar consistencias homogéneas, evitando fundamentalmente dobles texturas.
- 4. Para la ingesta de **líquidos**:
 - a. Adaptar la viscosidad de los líquidos con espesante, utilizando líquidos a viscosidades néctar o miel que serán las más seguras.
 - b. Evitar dar de beber con pajita o jeringuilla, que puede resultar más peligroso para los atragantamientos.

5. **Higiene/Limpieza oral por el propio paciente tras cada comida**: instruir y orientar a los pacientes, siempre intentando cepillado de dientes, lengua y encías y si no es posible; limpieza con una gasa impregnada en agua y clorhexidina.

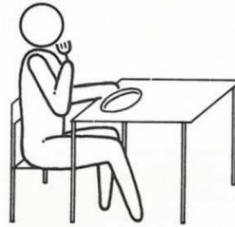
RECOMENDACIONES PARA PACIENTES COVID-19 CON DISFAGIA OROFARÍNGEA AL ALTA

1. Únicamente se le dará de comer si está **alerta**, no somnoliento ni agitado.

2. Posición para comer:

a. Si nuestro familiar está encamado, incorporaremos la cama hasta 60-80º y en esa posición se le dará de comer.

b. Si usted o su familiar es capaz de levantarse, mantenga buena posición en la silla, con la espalda alineada al respaldo de la silla.



c. En todas las comidas y cada vez que beba debe adoptar la posición con postura mentón esternón. Si no es capaz de hacerlo por sí mismo, ayúdele. Así tendrá menor riesgo de atragantarse

3. Intentar comer **sin distracciones** como la televisión, la radio, evitar hablar mientras se come. Toda nuestra atención tiene que estar en la comida.

4. Menaje:

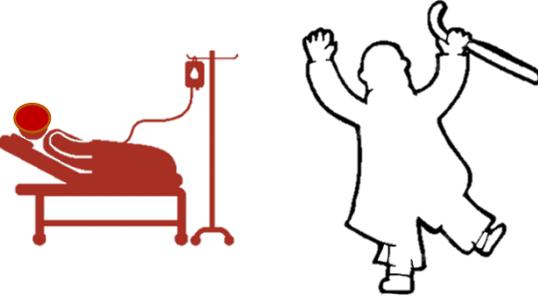
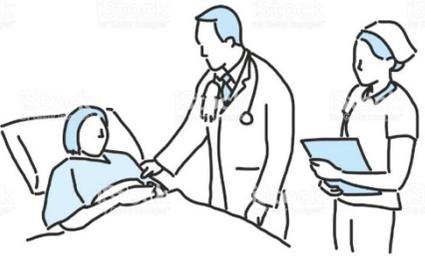
- a. Utilizar para comer inicialmente cucharas de postre y después ir avanzando a cantidades mayores.
- b. No utilizar jeringas ni pajitas para beber o dar de beber
- c. Si tenemos que dar de comer a nuestro familiar, debe ser a una velocidad adecuada, no muy rápida, y siempre esperando a que la boca esté limpia de restos de comida.
- d. Intentar no sobrepasar los 30 minutos con las comidas, porque baja la concentración y es más fácil atragantarse.

5. Adaptación de la dieta:

- a. Mantenerse hidratado, tomando todos los líquidos a la viscosidad que se le haya indicado (néctar o miel) utilizando los espesantes recomendados.
- b. La comida ha de ser con una consistencia homogénea, mejor todo triturado.
- c. Evitar alimentos:
 - i. Doble textura: sopas con sólidos, leche con cereales, frutas, yogures con trozos, frutas que desprenden líquido al morder
 - ii. Alimentos que se dispersan: guisantes, arroz, legumbres. Mejor tomarlo en puré
 - iii. Alimentos que se desmenuzan: patatas fritas, frutos secos, biscotes...
 - iv. Alimentos con piel y semillas: tomates, uvas, fresas...
 - v. Alimentos fibrosos: lechuga, piñas, espárragos...
 - vi. Alimentos pegajosos: pan bimbo, plátano...

¡No se olvide! después de cada comida, realizar una **buena higiene oral**, siempre intentando cepillado de dientes, lengua y encías y si no es posible limpiarse con una gasa impregnada en agua y clorhexidina.

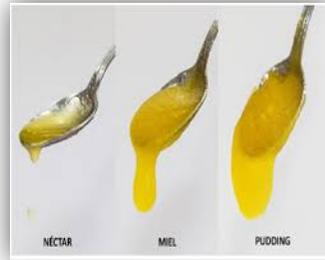
TABLA VISUAL DE RECOMENDACIONES PARA PACIENTES COVID-19 CON DISFAGIA OROFARÍNGEA DURANTE EL INGRESO

 <p>EL PACIENTE TIENE QUE ESTAR ALERTA</p>	 <p>BEBER O COMER NO SEDADO NO AGITADO</p>	 <p>POSTURA CORRECTA, INCORPORADO LO QUE SEA POSIBLE</p>
<p>HIGIENE ORAL: UCI</p>  <p>HISOPO DE LIMÓN Y GLICERINA</p>	<p>HIGIENE ORAL: PLANTA</p>  <p>CEPILLADO O LIMPIEZA CON GASA IMPREGNADA EN CLORHEXIDINA DILUÍDA</p>	 <p>NO USAR JERINGUILLAS NO PAJITAS</p>

INICIO TOLERANCIA



CUCHARA PEQUEÑA CON
AGUA-NÉCTAR 5CC



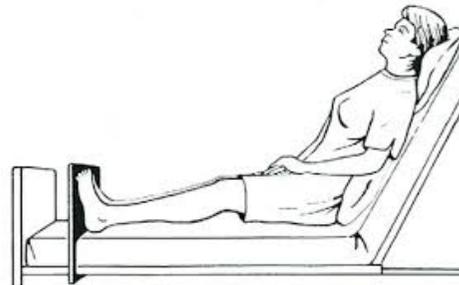
ADAPTACIÓN LÍQUIDOS SEGÚN
VISCOSIDAD ÓPTIMA



MANIOBRA MENTON-ESTERNÓN PARA
FACILITAR LA DEGLUCIÓN



DESPUES DE CADA COMIDA,
MANTENER INCOPORADO AL
PACIENTE APROX. 30 MIN

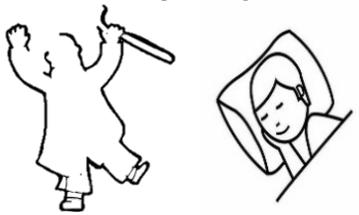
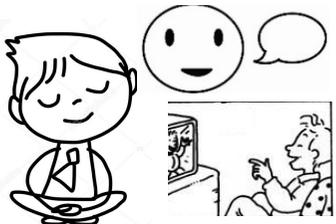
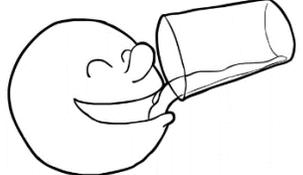


PACIENTE CON SIALORREA, INCOPORAR
CAMA



EVITAR ALIMENTOS DOBLES
CONSISTENCIAS (LÍQUIDO Y SÓLIDO)

TABLA VISUAL DE RECOMENDACIONES AL ALTA PARA PACIENTES COVID-19 CON DISFAGIA OROFARÍNGEA

<p>ESTADO</p>  <p>NO AGITADO NO DORMIDO</p>	<p>POSICION</p>  <p>ESPALDA ALINEADA EN EL RESPALDO</p>	<p>POSICION</p>  <p>ENCAMADO: INCORPORAREMOS LA CAMA HASTA 60-80°</p>	<p>HORA DE COMER</p>  <p>CONCENTRADO, NO VER TV, NI HABLAR</p>	<p>HIGIENE ORAL</p>  <p>DIENTES, ENCÍAS Y LENGUA</p>
<p>MENAJE</p>  <p>EMPEZAR CON LA PEQUEÑA E IR AUMENTANDO</p>	 <p>¡NO! JERINGUILLAS NI PAJITAS</p>	<p>ADAPTACION DE LA DIETA</p>  <p>USO DE ESPESANTES</p>	<p>EN TODAS LAS</p>  <p>COMIDAS MANIOBRA MENTON/ESTERNON</p>	<p>MANTENERSE HIDRATADO</p>  <p>CONSISTENCIA ADECUADA</p>
<p>¡NO!: DOBLE TEXTURA</p> 	<p>¡NO! ALIMENTOS QUE SE DISPERSAN</p> 	<p>¡NO! ALIMENTOS QUE SE DESMENUZAN</p> 	<p>¡NO! ALIMENTOS CON PIEL Y SEMILLAS</p> 	<p>¡NO! ALIMENTOS FIBROSOS</p> 