

# A Alimentação como Condição de Saúde

Ana Coutinho, Ana Mantas, Catarina Ramos, Margarida Ramalho e Paula Vital

## Disfagia orofaríngea é...

- Um sintoma associado a diversas condições de saúde, podendo ter origem neurogénica, mecânica ou no próprio processo de envelhecimento
- Uma manifestação da alteração do controle neuromuscular
- Uma dificuldade em mastigar e deglutir alimentos líquidos e sólidos

## Sinais e Sintomas

- Hesitação ao deglutir
- Desconforto durante a deglutição
- Retenção do alimento da cavidade oral
- Regurgitação nasal do alimento
- Pigarreio frequente
- Alterações vocais após a deglutição
- Tosse após ingestão do alimento
- Sensação de corpo estranho na “garganta”
- Necessidade de ingerir líquidos após alimentos sólidos
- Esforço extra para a mastigação e para a deglutição
- Presença de refluxo gastroesofágico

## Orientações

- A alimentação deve ser realizada em local calmo e tranquilo
- A alimentação oral só deve ser realizada se o indivíduo estiver em estado de alerta
- O indivíduo deve alimentar-se na posição de sentado, se possível, a 90°
- Os alimentos devem ser ingeridos em volumes pequenos
- Devem ser ingeridos alimentos com uma única consistência, não combine alimentos sólidos e líquidos, e.g. canja
- Peça ao indivíduo que não fale enquanto mastiga ou deglute
- O indivíduo deverá manter uma boa higiene oral

## Consequências

- Desnutrição
- Desidratação
- Sialorreia
- Aspiração levando a pneumonia, muitas vezes, de repetição
- Depressão e ansiedade
- Isolamento



## Equipa de intervenção em disfagia

- Dietista/Nutricionista
- Enfermeiro
- Fisioterapeuta
- Médico
- Ortodontista
- Radiologista
- Terapeuta da Fala
- Terapeuta Ocupacional

## Bibliografia

- ASHA (2007). *Guidelines for speech-language pathologists providing swallowing and feeding services in schools*. In [www.asha.org/policy](http://www.asha.org/policy)
- Crary, M.A. & Groher, M.E. (2003). *Introduction to Adult Swallowing Disorders*. St. Louis: Butterworth Heinemann.
- Jacobi, J.S.; Levy, D.S. & Silva, L.M.C. (Eds.) (2003). *Disfagia – Avaliação e Tratamento*. Rio de Janeiro: Revinter.