



Dificultades para tragar en los trastornos del movimiento: Datos de interés para pacientes

¿LOS TRASTORNOS DEL MOVIMIENTO PUEDEN AFECTAR A LA DEGLUCIÓN?

Sí. Los trastornos del movimiento pueden afectar a la masticación y la deglución. Cuando usted se dispone a tragar, el tronco del encéfalo se encarga de que la comida llegue a salvo al esófago y al estómago, y no vaya a la tráquea. Este proceso puede verse alterado si tiene un trastorno del movimiento, como la enfermedad de Parkinson.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS MÁS COMUNES DE LOS TRASTORNOS DE LA DEGLUCIÓN?

Los síntomas más comunes son:

- La comida se obstruye en su garganta.
- Dificultad para tragar pastillas.
- Los alimentos o líquidos se introducen en su tráquea (aspiración), provocando tos.

¿CUÁNDO SE PRODUCEN LOS TRASTORNOS DE LA DEGLUCIÓN?

En el caso de los pacientes con enfermedad de Parkinson, los trastornos de la deglución suelen comenzar en fases medias o avanzadas de la enfermedad. Sin embargo, pueden comenzar mucho antes en otros tipos de trastornos del movimiento.

¿CUÁLES SON LAS CONSECUENCIAS DE LOS TRASTORNOS DE LA DEGLUCIÓN?

diferente. Algunas posibles consecuencias incluyen:

- Tos durante la comida y la bebida. Esto puede conllevar que comer con otras personas sea menos agradable.
- Sentir ansiedad a la hora de comer.
- Renunciar a algunos alimentos favoritos porque sean demasiado difíciles de masticar y tragar.
- Tardar más tiempo en comer. Si bien esto puede no ser un problema para algunas personas, puede ser una molestia para otras.
- Perder peso por no comer lo suficiente.
- Riesgo de sufrir una neumonía cuando disminuye el mecanismo de defensa de la tos.

¿CÓMO PUEDO IDENTIFICAR LOS TRASTORNOS DE LA DEGLUCIÓN?

Estos son algunos signos que pueden indicar que tiene un trastorno de la deglución:

- Comer y beber le lleva mucho

tiempo o le resulta molesto.

- Comienza a toser mientras come (más de una vez a la semana).
 - Tiene menos apetito y ha notado cambios graduales en su dieta.
 - Necesita beber líquido con más frecuencia al tragar su comida.
- Si observa estos signos, debería hablar con su médico.

¿QUÉ PUEDO HACER PARA FACILITAR LA DEGLUCIÓN?

Hay varias cosas que puede hacer para facilitar la deglución, dependiendo de cuál sea el problema:

- Para evitar la aspiración súbita de alimentos o líquidos, no hable y coma (o beba) al mismo tiempo. Si esto supone un reto en su entorno social, intente hablar con las personas de su alrededor para ayudarles a entender la dificultad que tiene.
- Si le cuesta tragar las pastillas, puede ser útil tomarlas con un líquido más espeso que el agua, como el puré de manzana. Por favor, tenga en cuenta que debe evitar tomar productos lácteos con los comprimidos, ya que las proteínas pueden interferir con la absorción de levodopa.
- Elija alimentos más blandos que le faciliten masticar y tragar.
- Si tiende a atragantarse con el último sorbo de una taza, antes de tragar incline la cabeza en posición neutra o coloque la barbilla hacia abajo.

¿QUÉ PUEDEN HACER LOS CUIDADORES PROFESIONALES PARA AYUDAR?

Los cuidadores profesionales, como logopedas, neurólogos, dietistas, enfermeras y psicólogos, pueden ayudarle con su trastorno de la deglución de muchas maneras:

- Le educarán y aconsejarán sobre los alimentos o las pastillas que son más fáciles de tragar.
- Le enseñarán ejercicios o maniobras para ayudar a evitar la aspiración o bien hacer que su deglución sea más sólida.
- Le proporcionarán ejercicios para mejorar su fuerza para toser.

Si su trastorno de la deglución progresa de forma severa, sus cuidadores profesionales pueden aconsejarle una alimentación por sonda para mantener una ingesta óptima de alimentos y líquidos.



Dificultades para tragar en los trastornos del movimiento: Datos de interés para pacientes

EN RESUMEN

- Los problemas para masticar y tragar alimentos o pastillas son comunes en los trastornos del movimiento.
- Las personas con trastornos de la deglución pueden experimentar tos durante la comida y la bebida y/o dificultad para tragar los alimentos.
- Los trastornos de la deglución suelen implicar comidas más largas, limitaciones en aquello que se puede comer, o incluso una neumonía.
- Comunique sus molestias al tragar a su equipo de profesionales. Hay educación, apoyo y tratamientos disponibles para usted.

ANEXOS

