

## LA ALIMENTACIÓN

### ¿Por qué se presentan problemas para comer y beber?

En el acto de tragar participan unos 30 músculos, la deglución es una de las acciones más complejas del cuerpo que requiere la integridad de todas las partes implicadas.

Las personas con problemas cognitivos, neurológicos, motores, etc. suelen presentar dificultades en este aspecto.

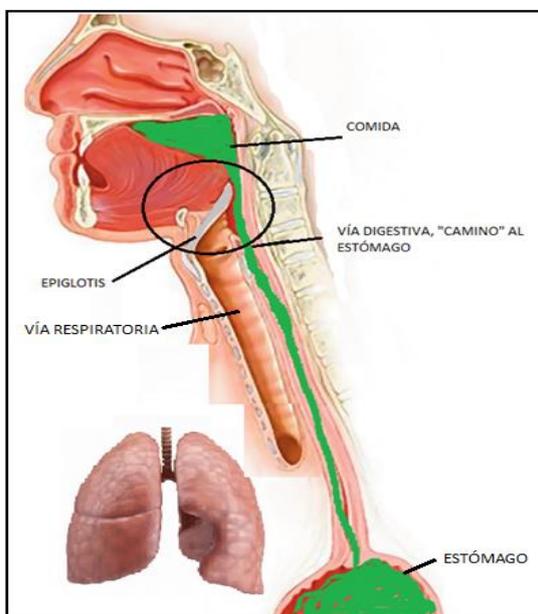
Muchos de nuestros niños no tienen control sobre los órganos implicados en la alimentación, labios, lengua, sistema respiratorio, etc. Si no mantienen la cabeza, tienen la boca abierta y se baban, van a presentar dificultades para comer. Pueden tener rechazo a la comida, deficiencias nutricionales y con frecuencia aparición de tos y atragantamiento.

### ¿Por qué aparece la tos y el atragantamiento?

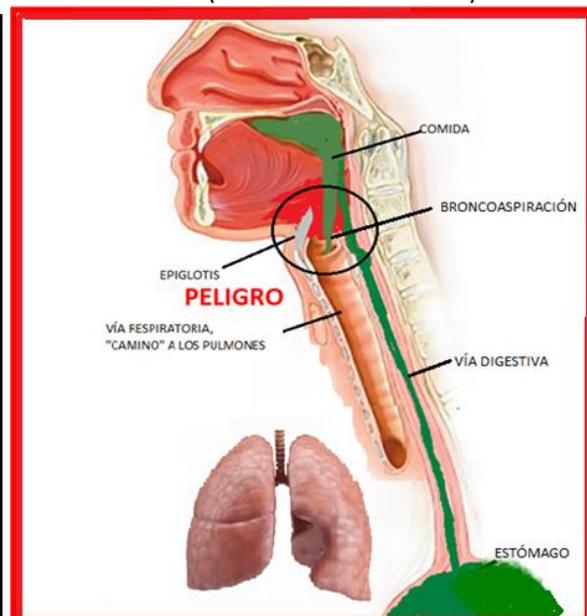
Por la boca entra comida/bebida y aire para respirar por lo que la respiración y la alimentación comparten la misma entrada pero después deben seguir caminos diferentes.

La "puerta" que separa los dos caminos, el digestivo y el respiratorio, se llama epiglotis. Cuando tragamos, la epiglotis se cierra y tapa la vía respiratoria para que no entre el alimento. Cuando respiramos, la epiglotis está abierta y permite que el aire entre a la vía respiratoria y a los pulmones.

VÍA RESPIRATORIA PROTEGIDA



VÍA RESPIRATORIA DESPROTEGIDA  
(BRONCOASPIRACIÓN)



Deglución segura [https://www.youtube.com/watch?v=N17xvi4\\_nTY](https://www.youtube.com/watch?v=N17xvi4_nTY)

### ¿Qué debemos conseguir?

Debemos conseguir una alimentación segura, sin entrada del alimento a la vía respiratoria - broncoaspirar- y eficaz, que proporcione la nutrición necesaria.

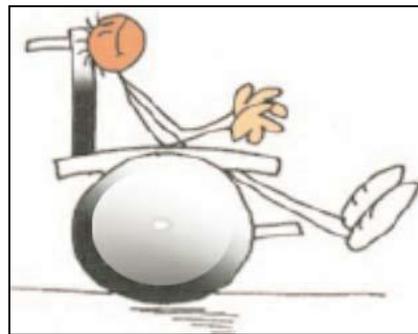


### **¿Qué podemos hacer?**

*Si vamos a comer, comamos. Evitar distracciones, ruido, barullo y tele. Ayudar a que el niño entienda lo que va a pasar, si comprende la situación se preparara para ella. Dar pistas y aumentar las señales:*

- *Comer a la misma hora, en el mismo lugar y seguir el mismo orden en las acciones.*  
<https://www.youtube.com/watch?v=aQwF9wCWAMo&feature=youtu.be>
- *Decirle con palabra y gesto natural, vamos a comer! Ponerle el babero, golpear la cuchara en el plato, enseñarle la comida, dársela a oler, ponerle un poco en la boca para que lo pruebe y conozca el sabor y la temperatura. Se le debe enseñar el alimento entero, antes de triturarlo o hacerlo puré.*

*Mantener una buena postura. Controlar el cuerpo, sentarse derecho y tener los pies apoyados. Evitar echar el cuello hacia atrás, esta actitud impide que la epiglotis descienda para tapar la vía respiratoria.*



*Utilizar material, vasos, platos y cucharas adaptadas.*



*Presentar una comida rica y sugestiva. Si es posible, no mezclar el primer plato con el segundo, es mejor respetar los sabores y que las lentejas sepan a lentejas y el pescado a pescado.*



**aspace**  
Asociación de Ayuda a Personas  
con Parálisis Cerebral  
Asturias

**C.C.E.E. "Ángel de la Guarda"**  
Latores 6-33.193-Oviedo.ASTURIAS  
Tfn. 985233323//Fax: 985233682  
angeldelaguardao@educastur.org



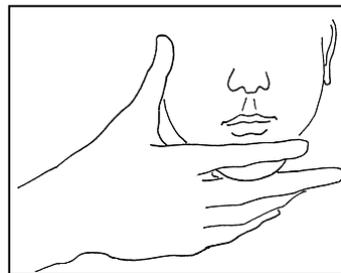
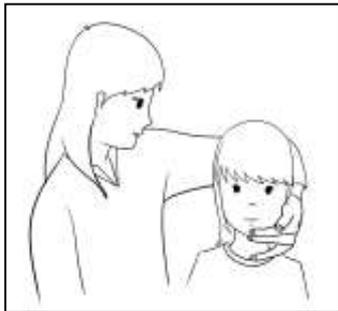
*Cuando el niño no mastica, darle puré fácil de tragar, de textura homogénea y sin grumos. Poca cantidad en cada cucharada.*

*Cuidar especialmente el líquido, es más fácil que entre a la vía respiratoria. Emplear espesantes para "engordar" el agua.*

*Asegurar un ritmo adecuado, evitando prisas y parones excesivos.*

*Mover al niño de vez en cuando para ayudarle a que expulse gases.*

*Ayudarle a que cierre la boca controlándole la mandíbula. Meter la cuchara y ejercer una leve presión sobre la lengua para evitar que la saque.*



*Un abrazo a todos.*

*Servicio de logopedia (28-4-2020)*