

Dificultad para tragar o deglutir

Una lesión en la médula espinal puede afectar la capacidad de tragar en forma segura y, por lo tanto, afectar también la capacidad de comer, beber y tomar medicamentos. Debido a estas dificultades, es posible que las bebidas y píldoras desciendan por las vías respiratorias o se atasquen en la garganta, poniéndolo en riesgo de asfixia. Si el líquido o píldora llega a los pulmones, puede causar una infección. Si tiene dificultad para tragar, tal vez no esté comiendo o bebiendo lo suficiente. Cuando no se come o bebe adecuadamente, pueden surgir otros problemas de salud.

¿Por qué es difícil tragar o deglutir?

El daño neurológico debido a una lesión en la médula espinal puede debilitar los músculos empleados para tragar. La respiración también puede verse afectada y dificultar la capacidad de comer y beber. La inserción de tubos respiratorios y ciertas cirugías pueden producir hinchazón en la garganta, lo que afecta la correcta función de los músculos de esta área inmediatamente luego de estos procedimientos, y causar dificultad para tragar. Los implantes metálicos para estabilizar la columna vertebral suelen afectar también la capacidad para tragar.

Cómo tratar las dificultades para tragar o deglutir

Si padece de dificultades para tragar, su terapeuta del habla podría recomendarle alimentos y bebidas que sean más seguros para usted, así como también, que modifique la forma de comer. Ciertos ejercicios mejoran el funcionamiento de los músculos empleados para tragar. Sin embargo, en casos severos, la alimentación es solo posible con el empleo de sondas de alimentación.

Modifique lo que come: Dependiendo de las causas que afectan la deglución, es posible encontrar alimentos y bebidas que se ingieran más fácilmente. En algunos casos, será necesario ingerir alimentos con consistencia de puré o picados, y bebidas espesadas.

Modifique cómo come: Para comer de manera segura, es posible que necesite una nueva rutina de alimentación, como comer de a bocados pequeños e ir alternando los alimentos con las bebidas. También es posible que deba tragar con más frecuencia, luego de cada

Comuníquese con su médico o enfermero para obtener más información.

Texto original de: Anellina Ventre. ©2017 University Health Network - Toronto Rehab. Revisado en 2022. Todos los derechos reservados. Aviso legal: la información se proporciona únicamente con fines educativos. Ante cualquier problema o consulta de tratamientos médicos específicos, consulte a un profesional de salud calificado. University Health Network se exime de cualquier responsabilidad frente a terceros por cualquier pérdida o daño ocasionado por errores u omisiones en la presente publicación

MÉDICO

www.SpinalCordEssentials.ca

SCE2-Ge6-2017-01-27

Dificultad para tragar o deglutir

bocado. Para asegurarse de que toda la comida descienda, aclárese la garganta e incline la cabeza después de cada deglución.

¿Cómo pueden asistirlo sus familiares o cuidadores?

Si tose débilmente, por más que su capacidad de tragar haya mejorado, aún puede estar en riesgo de atragantarse o contraer una infección pulmonar. En caso de emergencia, es importante que sus familiares y/o cuidadores sepan cómo ayudarlo a despejarse la garganta, como, por ejemplo, con la técnica de tos asistida, la maniobra de Heimlich y con succión.

Recomendaciones adicionales para facilitar la deglución

Coma cuando esté alerta: Coma cuando esté completamente despierto. Si está cansado, puede correr mayor riesgo de asfixia o de que los alimentos y líquidos desciendan por las vías respiratorias.

Permanezca sentado durante y después de cada comida: Permanecer sentado erguido durante las comidas facilita la deglución. Después de comer, permanezca sentado y erguido durante al menos 30 minutos. En esta posición, la gravedad asiste a que toda la comida descienda al estómago.

Cómo tomar los medicamentos: Siéntese derecho cuando tome los medicamentos. Tome un sorbo de agua para humedecer la boca y la garganta, antes de tomar las píldoras. Siempre tome una píldora a la vez, y cada una restante, con un sorbo de agua. Si las píldoras se pueden triturar, intente mezclarlas con puré de manzana o yogur. Siempre consulte a su médico antes de triturar las píldoras o mezclarlas con alimentos.

Practique una buena higiene bucal: Mantenga sus dientes y boca limpios, cepillándose al menos dos veces al día y usando hilo dental al menos una vez al día. Visite a su dentista en forma periódica. Una buena higiene bucal reduce la formación de gérmenes que causan infecciones.

Trate el reflujo ácido: El reflujo ácido sucede cuando el ácido estomacal asciende a la garganta. Esté atento a los signos del reflujo ácido, por lo general, se siente ardor en el

Comuníquese con su médico o enfermero para obtener más información.

MÉDICO

Texto original de: Anellina Ventre. ©2017 University Health Network - Toronto Rehab. Revisado en 2022. Todos los derechos reservados. Aviso legal: la información se proporciona únicamente con fines educativos. Ante cualquier problema o consulta de tratamientos médicos específicos, consulte a un profesional de salud calificado. University Health Network se exime de cualquier responsabilidad frente a terceros por cualquier pérdida o daño ocasionado por errores u omisiones en la presente publicación

www.SpinalCordEssentials.ca

SCE2-Ge6-2017-01-27



Dificultad para tragar o deglutir

pecho o sensación de que la comida del estómago sube a la garganta. El reflujo ácido puede irritar la garganta y aumentar el riesgo de infección pulmonar. Si cree que tiene signos de reflujo ácido, consulte a su médico.

Beba agua: Manténgase hidratado y con la boca húmeda, bebiendo agua durante el día. Limite el consumo de cafeína y alcohol, ya que pueden causar deshidratación.

Comuníquese con su médico o enfermero para obtener más información.

MÉDICO

Texto original de: Anellina Ventre. ©2017 University Health Network - Toronto Rehab. Revisado en 2022. Todos los derechos reservados. Aviso legal: la información se proporciona únicamente con fines educativos. Ante cualquier problema o consulta de tratamientos médicos específicos, consulte a un profesional de salud calificado. University Health Network se exime de cualquier responsabilidad frente a terceros por cualquier pérdida o daño ocasionado por errores u omisiones en la presente publicación

www.SpinalCordEssentials.ca

SCE2-Ge6-2017-01-27