

VOCÊ ESTÁ COM PROBLEMAS PARA ENGOLIR?

Se você apresenta dificuldades para engolir ao alimentar-se ou com a própria saliva, sentindo dor, tosse, cansaço, febre, rouquidão ou engasgos freqüentes, cuidado! Pode ser DISFAGIA.



A disfagia é uma alteração no ato de engolir que pode trazer sérias consequências à saúde. Durante o trajeto dos alimentos ou da saliva pode ocorrer escape de alimentos para as vias respiratórias, ocasionando pneumonias, entre outros.

Em algumas doenças, como o Acidente Vascular Cerebral (AVC), Traumatismo Craniano (TCE), Distrofias Musculares, Câncer de Cabeça e Pescoço, ou doenças neurológicas - mal de Parkinson, de Alzheimer, a Disfagia pode estar presente de forma silenciosa. Durante um episódio de engasgo, o natural é ocorrer o reflexo de tosse, na tentativa de defender as vias respiratórias, porém nestes casos, o reflexo de tosse, que é a nossa principal defesa, pode estar ausente.

No envelhecimento natural, pode ocorrer a Disfagia devido ao enfraquecimento das estruturas envolvidas na deglutição (lábios, língua, bochechas e pregas vocais principalmente).

As próteses dentárias (dentaduras) mal adaptadas, ou seja, frouxas, que machucam a boca, também podem causar Disfagia, assim como o Refluxo Gastroesofágico grave, ou entubação por longos períodos.

Profissionais da saúde, familiares e pacientes devem estar atentos aos sinais e sintomas relacionados à Disfagia, pois além de provocar problemas emocionais, como por exemplo, o isolamento social, traz também sérias consequências como desidratação, desnutrição e pneumonia, além do risco de morte por asfixia.

Orientações

Durante a alimentação:

- Procure o médico ou o fonoaudiólogo caso tenha dificuldades para engolir, de preferência especialistas em Disfagia;
- Coma sem pressa;
- Evite comer e logo em seguida deitar, aguarde no mínimo uma hora;
- Mantenha a postura ereta e confortável (evite comer deitado, salvo em caso de orientações específicas);
- Adapte a prótese dentária a cada 5 anos, ou conforme orientação do seu dentista;

Tenha atenção e auxilie as pessoas com dificuldades de engolir, desta forma pode-se diminuir as complicações provocadas pela Disfagia.

Fonoaudióloga Simone Rodrigues Mota

Pós-Graduanda em Saúde da Família – CEMPS TIJUCAS