

O envelhecimento não ocorre igualmente em todo ser humano. Alguns apresentam maiores dificuldades neste processo. Contudo, com o avançar da idade, todos necessitam de atenção e cuidados específicos para que isso ocorra de forma saudável. Envelhecer não é adoecer.

É fundamental oferecer orientações aos idosos, suas famílias e à sociedade como um todo sobre os cuidados que esta fase da vida requer. Todos precisam aprender a envelhecer com saúde, com qualidade de vida.

Buscando essa qualidade, a alimentação é um ponto a ser acompanhado de perto. Mais do que uma necessidade, alimentar-se é também um ato de socialização, que une pessoas, da amamentação aos jantares de negócios ou reuniões em família, isso sem falar na satisfação do prazer de comer.

São sensações que não precisam ficar apenas na lembrança do idoso. Com algumas dicas é possível continuar a alimentação de forma adequada, reconhecer alterações neste processo e procurar o tratamento adequado.

Se você perceber que uma pessoa apresenta dificuldade ao engolir, sensação de algo parado na garganta, tosses ou engasgos frequentes causados por alimentos ou pela saliva, notar cansaço, febre, rouquidão ou restos de comida na boca após a alimentação, cuidado!

Você pode estar diante de uma

# DISFAGIA

o nome pode ser estranho,  
mas o problema é mais comum  
do que você imagina.

**INFORME-SE!**



**CONSELHOS DE FONOAUDIOLOGIA**

[www.fonoaudiologia.org.br](http://www.fonoaudiologia.org.br)

Ministério  
da Saúde



Viver a vida  
sem perder o sabor  
é envelhecer com  
**saúde**

## O QUE É DISFAGIA?

A disfagia é uma alteração na deglutição, ou seja, no ato de engolir alimentos ou saliva. Pode ocorrer em diferentes fases da vida, especialmente em idosos, podendo trazer sérias conseqüências à saúde.

Na disfagia ocorre um desvio do alimento ou da saliva, obstruindo parcialmente ou completamente as vias respiratórias. Esse desvio pode ser facilitado também pelo envelhecimento natural de estruturas envolvidas na deglutição (lábios, língua, bochechas, etc.).

Além do envelhecimento das estruturas, o acidente vascular encefálico (derrame), traumatismo craniano, doenças neurológicas como Parkinson, Alzheimer, distrofias musculares e câncer de cabeça e pescoço podem causar a disfagia.

Pode ainda surgir devido a próteses dentárias mal adaptadas, refluxo gastroesofágico grave e após longos períodos de entubação.

É necessário o entendimento de que a disfagia além de provocar problemas emocionais e isolamento social, causa problemas sérios como desidratação, desnutrição e pneumonia, além do risco de morte por asfixia.



FONTE DA IMAGEM:  
Schalch, F. – Schluckstörungen  
und Facialislähmung.  
Gustav Fischer - Verlag, 1984.



## O QUE FAZER AO PERCEBER SINTOMAS DE DISFAGIA

As alterações da deglutição, devem ser diagnosticadas e tratadas conjuntamente por médicos, enfermeiros, nutricionistas e, fundamentalmente, fonoaudiólogos, que são os profissionais aptos ao trabalho específico da função.

### - ATENÇÃO -

A disfagia não é uma doença por si só, mas um sintoma de que alguma alteração pode estar ocorrendo, sendo imprescindível a orientação e tratamento adequados.

## COMO ORIENTAR

Durante a alimentação:

- Manter a postura ereta e confortável, nunca comer deitado, salvo em caso de orientações específicas;
- Comer sem pressa;
- Manter a prótese dentária bem adaptada;
- Caso necessário ofereça alimentos mais pastosos e líquidos mais grossos, pois o engasgo com alimento líquido é o mais freqüente.



A atenção e o auxílio a pessoas com dificuldades em engolir são muito importantes para diminuir as complicações provocadas pela disfagia.