



# ALIMENTACIÓN NATURAL

## de textura modificada

Cuando una persona presenta disfagia, es importante **adaptar la textura** de los alimentos que consume para asegurar una **deglución segura y efectiva**. Esto ayuda a prevenir el riesgo de aspiración y facilita el proceso de alimentación. La desnutrición relacionada con la enfermedad (DRE) es común en pacientes con disfagia, especialmente en aquellos que padecen problemas neurológicos.

Abordar esta problemática para evitar complicaciones adicionales es un trabajo de todo el equipo multidisciplinar. Los **requerimientos nutricionales** de los pacientes con disfagia **no difieren** significativamente de los demás pacientes, a menos que presenten otras enfermedades que requieran una dieta específica.

El equipo encargado de prescribir y pautar la dieta debe **tener en cuenta** aspectos más allá del valor nutricional, como la **apariencia**, el **sabor** y el **color**, ya que esto influye en la **aceptación de la dieta** por parte del paciente.

En el caso de personas con disfagia, se debe evitar el uso injustificado de **preparaciones caseras** trituradas, ya que **pueden carecer de garantías nutricionales** y limitar la variedad de texturas que el paciente puede tolerar. Es importante tener en cuenta las recomendaciones de la International Dysphagia Diet Standardisation Initiative (IDDSI) para asegurar una dieta adecuada para cada paciente.

### ¿A qué hace referencia la alimentación natural de textura modificada?

La **alimentación natural de textura modificada** es una opción para pacientes con disfagia que se basa en productos alimentarios con diferentes sabores y **propiedades definidas**. Esto ayuda a asegurar el estado nutricional del paciente y prevenir complicaciones respiratorias. La alimentación natural de textura modificada está recomendada para aquellos con disfagia o problemas para masticar que no pueden obtener los nutrientes necesarios a través de una dieta en la que no puedan garantizar una dieta estable en cuanto a texturas y aporte nutricional.

### Uno de las principales quejas de la persona con disfagia...

La alimentación natural de textura modificada es una opción para pacientes con disfagia que se basa en productos alimentarios con diferentes sabores y propiedades definidas. Esto ayuda a asegurar el estado nutricional del paciente y prevenir complicaciones respiratorias. La alimentación natural de textura modificada está recomendada para aquellos con disfagia o problemas para masticar que no pueden obtener los nutrientes necesarios a través de una dieta en la que no puedan garantizar una dieta estable en cuanto a texturas y aporte nutricional.



**Es fundamental** que el equipo encargado de la dieta del paciente con disfagia tenga en cuenta aspectos no solo relacionados con el valor nutricional, sino también con la **apariencia, sabor y color** de los alimentos

## Uno de las principales quejas de la persona con disfagia:

Los pacientes con disfagia pueden presentar dificultades para aceptar la nueva dieta propuesta. Esto puede deberse a platos y colores poco apetecibles, dificultad para reconocer sabores, poca variedad y preparaciones muy similares, dificultad para seguir todas las recomendaciones indicadas con la textura indicada y difícil adaptación a los líquidos con espesante. La alimentación natural de textura modificada es una gran ayuda para mejorar tanto adaptación como calidad de vida de los pacientes con disfagia.

El uso de preparados caseros triturados puede generar inconvenientes como la selección de una gran variedad de alimentos y la dilución mediante caldos que no asegura una composición nutricional fija. La alimentación natural de textura modificada ofrece una amplia gama de preparados con características organolépticas bien aceptadas por los pacientes, que garantizan una variedad de alimentos proteicos, verduras, hortalizas, legumbres y otros carbohidratos

Campofrío Health Care ofrece una amplia variedad de productos elaborados con ingredientes 100% naturales.

Podemos diferenciar la **alimentación natural de textura modificada** respecto a una alimentación tradicional casera en que la primera presenta una **composición constante, adecuación** nutricional, textura suave y homogénea, no presenta alimentos de riesgo, tiene **variedad de sabores**, preparación **sencilla y rápida, seguridad microbiológica** y permite la alternancia con platos caseros, mezcla o sustitución.

## SOLUCIONES PRÁCTICAS PARA PROBLEMAS CONCRETOS:

Como bien sabemos, cada vez son más las personas que necesitan una alimentación modificada debido a problemas de deglución o dificultades para tragar. Por ello, es importante contar con opciones de alimentos que se adapten a estas necesidades.

En este sentido, la gama de alimentación natural de textura modificada de Campofrío Health Care, una solución práctica y saludable para todas aquellas personas que requieren una alimentación adaptada. Campofrío Health Care ofrece una amplia variedad de productos elaborados con ingredientes 100% naturales y sin aditivos artificiales, lo que garantiza una alimentación saludable y equilibrada. Además, son fáciles de preparar; vienen en envases listos para calentar, lo que permite ahorrar tiempo en la cocina y garantizar una alimentación rápida y cómoda.

Aplicando además algunos consejos en cuanto a presentación, decoración, combinación de colores podemos conseguir que el paciente no pierda la ilusión y el gusto por comer y pierda calidad de vida. Y como no hay mejor recomendación que primero conocer el producto, ¡No dudes en probarlos y ofrecer a tus pacientes una alimentación saludable y adaptada a sus necesidades con todo el sabor de nuestra tradicional dieta mediterránea!



---

## Bibliografía consultada:

- (1)** de Luis DA, Aller R, Izaola O. Modified texture diet and useful in patients with nutritional risk. Nutr Hosp [Internet]. 2014 [citado el 28 de marzo de 2023];29(4):751-9.  
Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112014000400006](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112014000400006)
- (2)** Alimentación en la disfagia [Internet]. Nestlehealthscience.es. [citado el 28 de marzo de 2023].  
Disponible en: <https://www.nestlehealthscience.es/condiciones-medicas/envejecimiento/disfagia/vivir-con-disfagia/tratamientonutricional/alimentacion-en-la-disfagia>
- (3)** Sociedad Andaluza de Nutrición Clínica y Dietética [Internet]. Sancyd.com. [citado el 28 de marzo de 2023].  
Disponible en: <http://sancyd.com/comedores/discapacitados/alimentacion.disfagia.php>
- (4)** Candela CG, Sastre Gallego A, De Cos Blanco AI, Soria Valle P, Paz L, De M, et al. Alimentación básica adaptada y suplementos dietéticos [Internet]. Seom.org. [citado el 28 de marzo de 2023].  
Disponible en: [https://seom.org/seomcms/images/stories/recursos/infopublico/publicaciones/soporteNutricional/pdf/cap\\_10.pdf](https://seom.org/seomcms/images/stories/recursos/infopublico/publicaciones/soporteNutricional/pdf/cap_10.pdf)
- (5)** Dysphagia IA on. Acercamiento integrativo en la disfagia [Internet]. Archive.org. [citado el 28 de marzo de 2023].  
Disponible en: [https://web.archive.org/web/20180417004332id\\_/http://www.medigraphic.com/pdfs/actamedica/acm-2016/acm162d.pdf](https://web.archive.org/web/20180417004332id_/http://www.medigraphic.com/pdfs/actamedica/acm-2016/acm162d.pdf)
- (6)** Prevalencia de la disfagia [Internet]. Nestlehealthscience.es. [citado el 28 de marzo de 2023].  
Disponible en: <https://www.nestlehealthscience.es/condiciones-medicas/envejecimiento/disfagia/vivir-con-disfagia/prevalencia>
- (7)** Alimentación L. DIETAS TRITURADAS: GUÍA PRÁCTICA DE ALIMENTACIÓN ADAPTADA POR MODIFICACIÓN DE TEXTURAS INTRODUCCIÓN [Internet]. Xunta.gal. [citado el 28 de marzo de 2023].  
Disponible en: <http://www.edu.xunta.gal/centros/ieschapela/system/files/Dietas%20trituras.pdf>
- (8)** Alimentación Básica Adaptada en los pacientes con disfagia: un abordaje multidisciplinar para la mejora de su estado nutricional y calidad de vida [Internet]. Infogeriatría.com. [citado el 28 de marzo de 2023].  
Disponible en: <https://www.infogeriatría.com/articulos/20190515/alimentacion-basica-adaptada-pacientes-disfagia-nestlehealth-science>.