

Disfagia

CONSECUENCIAS Y TRATAMIENTO

DISFAGIA: LA EPIDEMIA SILENCIOSA QUE AFECTA A MÁS DE DOS MILLONES DE PERSONAS



La disfagia, una alteración de la deglución que a menudo pasa desapercibida, afecta a más de dos millones de personas en España, aunque cerca del 90% sigue sin diagnosticar ni recibir la alimentación adaptada. Frecuente en personas mayores o pacientes neurológicos, puede causar desnutrición, deshidratación o infecciones respiratorias por broncoaspiración, convirtiéndose en un creciente problema de salud pública. Ante ello, profesionales y entidades especializadas insisten en la detección precoz y el abordaje multidisciplinar, donde la formación, la tecnología y el papel de los cuidadores son claves para garantizar una alimentación segura y preservar la calidad de vida.

La deglución es un acto tan cotidiano que su enorme complejidad pasa inadvertida hasta que deja de funcionar como debería. Detrás de este gesto automático se esconde una precisa coordinación neuromuscular entre la boca, la faringe, la laringe y el esófago. Cuando este mecanismo falla aparece la disfagia, un trastorno que dificulta el paso seguro de alimentos, líquidos o incluso saliva.

En España, más de dos millones de personas conviven con esta alteración —algunas estimaciones elevan la cifra a 2,5 millones— y, sin embargo, alrededor del 90% no están diagnosticadas. La consecuencia es clara: miles de pacientes no reciben ni el tratamiento ni la adaptación alimentaria necesaria para evitar complicaciones graves como neumonías por aspiración, desnutrición o deshidratación.

Un problema creciente y poco visible

«Cuando los alimentos o los líquidos entran en los pulmones, se produce broncoaspiración, que puede derivar en obstrucción, inflamación o infecciones graves», explica Roberto Jurado López, logopeda de IMQ y miembro de la Junta Directiva del Colegio de Logopedas del País Vasco. Estas complicaciones, especialmente frecuentes en pacientes vulnerables, pueden llegar a comprometer la vida.

La disfagia afecta con especial frecuencia a personas mayores, sobre todo si presentan fragilidad, sarcopenia, secuelas de ictus, enfermedades neurológicas —como parkinson, ELA o esclerosis múltiple—, cáncer de cabeza y cuello, tratamientos

como la radioterapia o períodos prolongados de intubación. En niños también puede aparecer, especialmente en trastornos del desarrollo o problemas de coordinación motora oral.

Señales que no deben ignorarse

La detección precoz es el gran reto. Los primeros signos pueden resultar sutiles:

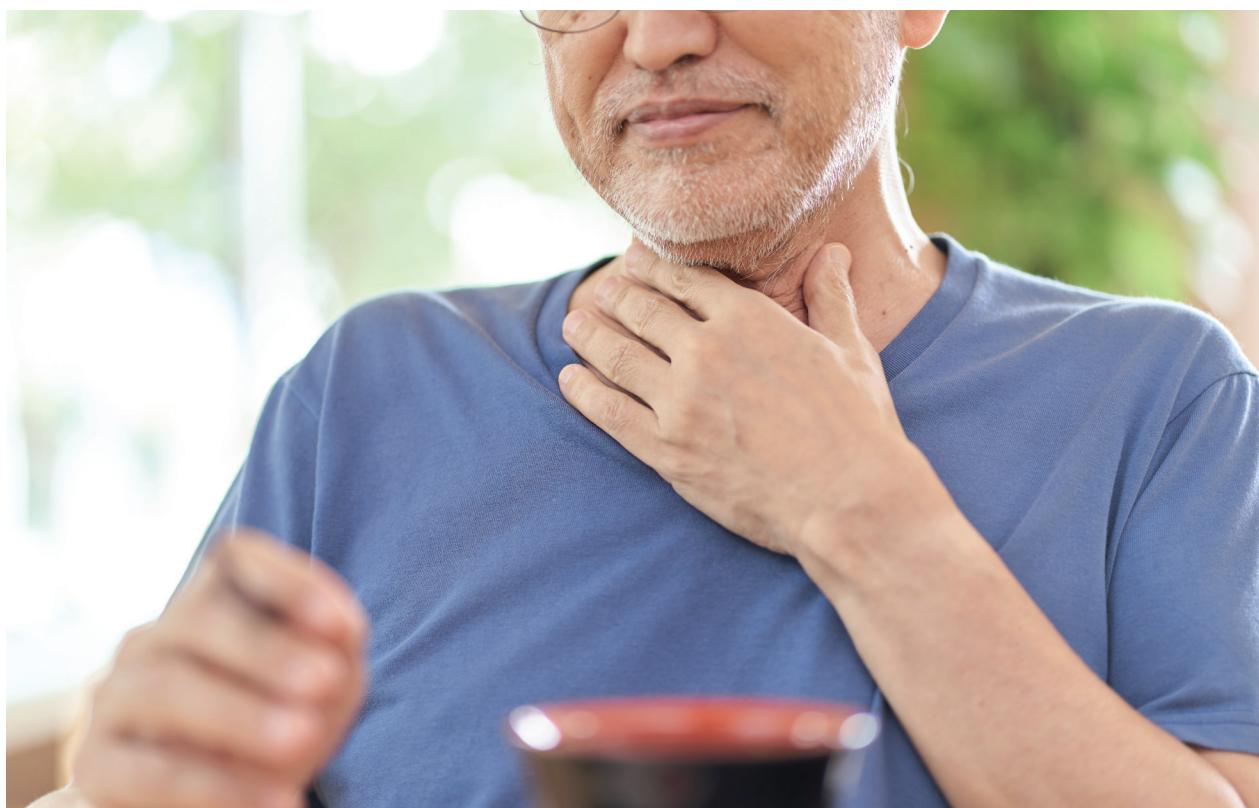
- Tos o atragantamiento durante las comidas.
- Dolor o dificultad al tragar.
- Cambios en la voz tras la deglución.
- Pérdida de peso sin motivo aparente.
- Fatiga al comer o comidas que se prolongan demasiado.
- Infecciones respiratorias recurrentes.

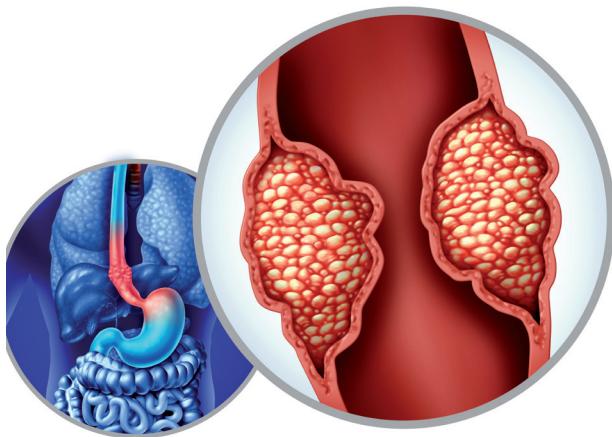
Para Jurado, identificar estos síntomas es esencial para evitar complicaciones nutricionales y respiratorias que pueden derivar en ingresos hospitalarios o reingresos frecuentes.

Logopedas, tecnología y un abordaje multidisciplinar

El manejo de la disfagia exige un equipo multidisciplinar que suele incluir médicos de atención primaria, neurólogos, otorrinolaringólogos, logopedas, nutricionistas, fisioterapeutas, personal de enfermería, radiólogos, psicólogos y, sobre todo, cuidadores y familiares, cuya participación es determinante para garantizar la adherencia a las pautas de seguridad.

La logopedia juega un papel clave: cribados clínicos, pruebas instrumentales (como videofluoros-





copia o endoscopia de la deglución), ejercicios orofaríngeos, técnicas de estimulación sensorial o neuromuscular, maniobras deglutorias y adaptaciones de volúmenes y texturas ayudan a restaurar una alimentación segura.

La tecnología también está transformando el campo: aplicaciones de seguimiento, herramientas basadas en inteligencia artificial y nuevos espesantes permiten mejorar la precisión diagnóstica y la seguridad durante las comidas. Pero, como recuerda Jurado, «la tecnología solo es útil si va acompañada de profesionales con formación especializada».

Día Mundial de la Disfagia: visibilidad y prevención

Cada 12 de diciembre, con motivo del Día Mundial de la Disfagia, diversas entidades sanitarias recuerdan la importancia del cribado temprano. Según la SEORL-CCC, uno de cada tres pacientes con disfagia desarrolla desnutrición proteico-calórica, razón por la que las sociedades científicas recomiendan evaluaciones sistemáticas en población de riesgo.

Una valoración médica adecuada permite ajustar volúmenes y texturas para evitar riesgos de broncoaspiración y asegurar una correcta hidratación y nutrición.

FontActiv® y la campaña “Misión Deglución”

En este contexto, FontActiv® —la gama de soluciones nutricionales de Laboratorios Ordesa— reafirma su compromiso con los pacientes y los pro-

fesionales sanitarios a través de “Misión Deglución”, un programa formativo acreditado por la Comisión de Formación Continuada del SNS. Su objetivo es mejorar la práctica clínica y reducir complicaciones como aspiración pulmonar, desnutrición o reingresos hospitalarios, especialmente en poblaciones vulnerables.

Además, FontActiv® ofrece soluciones específicas para la disfagia orofaríngea, como FontActiv® Condensed, una dieta completa hiperproteica e hipercalórica con fibra, pensada tanto como espesante como soporte nutricional. A ello se suman FontActiv® Espesante (almidón modificado) y FontActiv® Espesante Claro (goma xantana), productos pensados para adaptar la consistencia de alimentos y líquidos, reduciendo el riesgo de aspiración.

Seguridad, alimentación y cuidado: un desafío compartido

El tratamiento de la disfagia va mucho más allá del ámbito clínico. Requiere acompañamiento cotidiano, pautas de seguridad en cada comida, control de texturas y una adecuada higiene oral. La formación de cuidadores y familias es esencial para garantizar una alimentación segura y mejorar la calidad de vida del paciente.

Como concluye Roberto Jurado López, «la participación activa de quienes acompañan al paciente es fundamental para su seguridad y bienestar». Una afirmación que resume la esencia de un trastorno que, a pesar de su invisibilidad, afecta a millones de personas y exige una respuesta sanitaria y social coordinada.



Impacto emocional y calidad de vida

La disfagia no solo compromete la seguridad alimentaria, sino también la calidad de vida de quienes la padecen. La dificultad para tragar transforma un acto cotidiano en una experiencia estresante, marcada por el miedo al atragantamiento o a la aspiración. Muchos pacientes reducen voluntariamente la ingesta, evitan comer en público o dependen de terceros, lo que puede generar pérdida de autonomía, frustración y un deterioro progresivo del bienestar emocional.

Un reto también para el entorno familiar

El impacto de la disfagia se extiende al entorno más cercano. Familias y cuidadores asumen un papel fundamental en la preparación de las comidas, la supervisión de la ingesta y el cumplimiento de las pautas de seguridad. Sin la formación adecuada, esta responsabilidad puede generar inseguridad. Por ello, los profesionales insisten en la necesidad de ofrecer educación específica que permita a los cuidadores identificar riesgos y actuar ante posibles incidencias.

Alimentación segura sin renunciar al placer

Garantizar la seguridad durante la alimentación no implica renunciar al disfrute. La correcta adaptación de texturas, volúmenes y viscosidades debe ir acom-

LA DIFICULTAD PARA TRAGAR TRANSFORMA UN ACTO COTIDIANO EN UNA EXPERIENCIA ESTRESANTE, MARCADA POR EL MIEDO.

pañada de una planificación nutricional que asegure el aporte de energía y proteínas, pero también de una presentación cuidada de los platos. Mantener el atractivo visual y el sabor de los alimentos es clave para favorecer la adherencia al tratamiento y prevenir la desnutrición asociada a la disfagia.

Prevenir, detectar y actuar a tiempo

Avanzar hacia un abordaje preventivo es un desafío. La implementación de cribados sistemáticos en hospitales o residencias permitiría identificar la disfagia en fases tempranas, antes de que aparezcan complicaciones graves. A ello se suma la importancia de la formación continuada de los profesionales y de la sensibilización social, para que este trastorno deje de ser invisible y se trate como un problema de salud pública que requiere atención prioritaria.



+034 917 990 070
comercial@eaipinnova.com

