**Disfagia dell'anziano**

La disfagia, cioè l’impossibilità o il rallentamento a deglutire autonomamente è un problema che si manifesta non raramente nell’anziano in caso di ictus, malattia di Alzheimer, morbo di Parkinson, e in altre malattie neurologiche che colpiscono invece i più giovani, come la sclerosi multipla.
Il disturbo in alcuni casi può essere una conseguenza dell’indebolimento dei muscoli della mascella e della perdita di denti o un effetto collaterale della somministrazione di alcuni farmaci.
Chi ha difficoltà o fastidio al momento della deglutizione deve farlo presente per tempo al proprio medico. E’ importante infatti sottoporsi a una diagnosi precoce per trattare il disturbo fin dai primi sintomi: se non trattata, la disfagia può causare [complicanze](http://www.ipasvi.it/per-il-cittadino/click-salute/disfagia-dell-anziano-id20.htm#complicanze) gravi.

**Che cos’è la disfagia?**

La disfagia è un’alterazione del meccanismo che consente di deglutire. La deglutizione è un processo complesso che in condizioni normali si articola in quattro fasi:
- preparazione orale, fase che comprende tutte le modificazioni di consistenza, viscosità, temperatura e dimensioni del cibo introdotto nella bocca;
- stadio orale, inizia quando la lingua spinge il cibo (bolo) verso la parte posteriore della bocca (faringe);
- stadio faringeo, durante il quale si chiude in automatico la laringe (l’organo deputato all’emissione dei suoni), per impedire al cibo e ai liquidi di penetrare nelle vie aeree superiori e nei polmoni e di scendere invece nell’esofago;
- stadio esofageo, grazie al quale il bolo giunto nell’esofago viene spinto verso lo stomaco.
In caso di disfagia può esserci un problema in una o più di queste fasi e a seconda del meccanismo compromesso si hanno diverse forme di disfagia.

**Come si fa a capire se si soffre di disfagia?**

Chi ha una disfagia può avere i seguenti disturbi:
- tosse, soprattutto in coincidenza con la deglutizione;
- voce gorgogliante;
- febbre;
- residui alimentari in bocca e possibile fuoriuscita di cibo dal naso;
- risveglio notturno per eccessi di tosse e soffocamento;
- perdita di peso non spiegata.
Chi lamenta questi sintomi deve rivolgersi al medico di famiglia che farà una prima valutazione. In particolare verificherà la durata e la gravità dei sintomi attraverso alcuni test. Uno dei test più usati è il test del bolo d’acqua che consiste nel bere un certo volume di acqua mentre l’esaminatore valuta la comparsa di senso di soffocamento o altri sintomi come tosse o sforzo nel deglutire. I soggetti che hanno un alto rischio di disfagia devono essere sottoposti a un esame strumentale, il più usato è la videofluoroscopia.

**Come si deve assistere una persona con disfagia durante il pranzo?**

Quando si assiste una persona con disfagia è importante seguire alcuni accorgimenti come:
- dar da mangiare al soggetto mettendolo seduto diritto, con un comodo sostegno per gli avambracci, e i piedi appoggiati a terra. Se tale posizione non può essere assunta, e il soggetto è a letto, allora il tronco deve essere alzato il più possibile, anche utilizzando più di un cuscino da mettere come appoggio alla schiena;

- posizionare il capo o il collo, in base alla fase della deglutizione deficitaria, in diverse posizioni per facilitare o proteggere la discesa del cibo;

- consumare il pasto in un ambiente tranquillo, silenzioso e ben illuminato;
- aiutare il soggetto a mangiare lentamente, rispettando per ogni singolo boccone il volume consigliato e non introdurne un secondo se quello precedente non è stato completamente deglutito (attenzione ai residui di cibo che permangono in bocca);
- far eseguire colpi di tosse volontari a intervalli regolari per liberare le vie aeree superiori dall’eventuale presenza di residui di cibo;
- evitare che, durante la somministrazione del cibo, il soggetto cambi posizione alzando, per esempio, la testa verso l’alto;
- evitare di far parlare il soggetto durante il pasto, né guardare la televisione, né distrarlo in alcun modo.

**Quale dieta deve seguire una persona con disfagia?**

Per poter aiutare una persona con disfagia ad alimentarsi in modo il più possibile "normale" occorre fare un vero e proprio percorso graduale. Tale percorso, che viene definito svezzamento, deve prevedere una progressione di cibi basata sulla capacità di masticazione e di deglutizione del singolo. Il trattamento dietetico della disfagia prevede l’uso di alimenti e bevande a densità modificata, somministrati secondo quattro livelli progressivi:
- dieta purea;
- dieta tritata;
- dieta morbida;
- dieta normale modificata.
La supplementazione con integratori dietetici è indicata solo nei casi in cui l’assunzione alimentare sia inadeguata.

**e’ vero che?**

|  |  |
| --- | --- |
| 1-e’ vero che l’ictus può essere la causa della disfagia? | V F |
| 2-e’ vero che la disfagia può avere complicanze gravi? | V F |
| 3-e’ vero che la videofluoroscopia e’ un esame indicato anche nei soggetti con sclerosi laterale amiotrofica? | V F |
| 4-e’ vero che l’aspirazione di piccole parti di cibo, complicanza frequente nella persona con disfagia, non e’ semplice da riconoscere? | V F |
| 5-e’ vero che bisogna lasciare alla persona con disfagia tutto il tempo necessario per finire il pasto senza metterle fretta? | V F |
| 6-e’ vero che dopo il pasto la persona con disfagia deve rimanere seduto a tavola per almeno 15-20 minuti?7-e’ vero che alla persona con disfagia non si possono dare da bere liquidi? | V F |
| 8-e’ vero che i farmaci non possono essere somministrati per bocca a chi ha disfagia? | V F |
| 9-e’ vero che la temperatura dei cibi deve essere il più possibile vicina a quella corporea (37°)? | V F |
| 10-e’ vero che e’ importante l’igiene orale nella persona con disfagia? | V F |
| 11-e’ vero che durante la preparazione del pasto si può ricorrere a farine addensanti? | V F |
| 12-e’ vero che la consistenza più indicata del cibo per le persone con disfagia e’ quella semisolida e semiliquida? | V F |
| 13-e’ vero che alcuni alimenti vanno evitati nelle persone con disfagia?  | V F |

**Risposte**

**1:vero**

**2:vero**

**3:vero**

**4:vero**

**5:vero**

**6:vero**

**7:falso**

**8:vero**

**9:falso**

**10:vero**

**11:vero**

**12:vero**

**13:vero**