

ESPESSIDOR (NM)

Servei de Farmàcia

La disfàgia és la incapacitat o dificultat per a empassar aliments sòlids o líquids des de la cavitat bucal fins a l'estómac.

Aquesta dificultat pot produir:

- Desnutrició en disminuir la ingesta d'aliments.
- Deshidratació en no ingerir la quantitat de líquids suficients.
- Broncoaspiració i pneumònia.



Per tant, és molt important que el pacient es pugui alimentar de forma segura i per aquest motiu caldrà **modificar la consistència** d'alguns aliments i poder assolir o mantenir un adequat estat nutricional, la hidratació correcta i prevenir broncoaspiracions.

Com s'ha d'administrar?

L'espessidor és un mòdul a base de fibres que es barregen fàcilment amb begudes, aliments i suplementes alimentaris per tal de donar-los la consistència necessària i segura. Té sabor neutre.

Afegir a l'aliment/líquid que es vol espessir la quantitat necessària per obtenir la textura indicada, amb el mesurador del pot.

L'equip mèdic o de nutrició li indicarà la textura segura (nèctar, púding i mel) segons la seva tolerància.



Característiques de l'espessidor Claro NM:

- Ràpida dissolució sense grumolls.
- Assoleix la consistència independentment de l'ordre d'addició (líquid o espessidor).
- Assoleix la consistència necessària en 1-5 minuts i la manté durant un llarg període fins a 24 h (resistent a l'amilasa salivar).
- No aporta sucres simples en la composició. No conté lactosa ni gluten. Apte per diabètics i celíacs. Aporta nivells de sodi molt reduïts.
- No altera l'olor, el color ni el sabor dels aliments.

CARACTERÍSTIQUES I POSOLOGIA DE PREPARACIÓ

- Dissoldre en 200 ml d'aigua, brou o suc. Quantitat necessària per a espessir:

TEXTURA	GRAMS	CULLERADES
Nèctar	2,5 g	1
Mel	5 g	2
Púding	7,5 g	3

Els pacients amb disfàgia orofaríngea i/o problemes de broncoaspiració requereixen espessir els líquids de la seva dieta per a poder mantenir la seguretat durant la deglució.

Suposant que un pacient tipus necessita espessir 1,5 l de líquids diaris, requerirà:

200 ml → 2,5 g per a Textura Nèctar
→ 5 g per a Textura Mel
→ 7,5 g per a Textura Púding

1500 ml → 19 g per a Textura Nèctar
→ 37,5 g per a Textura Mel
→ 56 g per a Textura Púding

Durant 30 dies, el pacient tipus requereix aproximadament:

589 g per a espessir amb Textura Nèctar → 1,5 envasos d'Espessidor Claro NM
1125 g per a espessir amb Textura Mel → 2,8 envasos d'Espessidor Claro NM
1680 g per a espessir amb Textura Púding → 4,2 envasos d'Espessidor Claro NM

INSTRUCCIONS D'ÚS

1. Barrejar l'espessidor i el líquid en l'ordre desitjat.
2. Remoure fins dissolució.
3. El temps d'espera varia en funció de la composició i densitat del líquid:
 - Aigua: la textura s'aconsegueix en menys d'1 min.
 - Suplementació nutricional oral 10 min.
 - La resta de líquids entre 3-5 min.
4. No afegir més quantitat d'espessidor una vegada s'ha adquirit la consistència (comú a tots els espessidors clars).
5. Qualsevol líquid espessit és estable durant més de 24 h.

**Preparar la medicació en el líquid i posteriorment barrejar-lo amb l'espessidor.*



Interaccions amb altres medicaments

Alguns medicaments poden interaccionar amb l'espessidor, dificultant la textura necessària.

Conservació

A temperatura ambient, protegir de vapors i humitat.

Modificacions de consistència d'alguns aliments

Tipus d'aliment	Modificació consistència
<u>Líquids/begudes:</u> Exemples: aigua, llet, infusions, suc, refrescos... 	Afegir espessidor al líquid fins a assolir la consistència indicada al pacient. 
<u>Aliments que desprenen líquids:</u> Aquells aliments que tenen aspecte sòlid, però en mastegar-los desprenen líquid. Exemples: fruites com taronja, raïm, pera, síndria, meló, préssec d'aigua... Gelatines comercials. Gelats. 	Es recomana prendre la fruita triturada. Substituir les gelatines comercials per gelatines estables o aigua gelificada de venda en farmàcies. 

Per millorar l'acceptació de l'espessidor

L'espessidor es pot barrejar amb líquids saboritzants:

- Aigües saboritzades (ex.: Font Vella Sensación®).
- Infusions o cafè descafeïnat.
- Brous.
- Suc sense sucres afegits (sense abusar i si no és pacient diabètic).
- Aigua amb llimona.

