



DISFAGIA

Alimentación

Alimentos desaconsejados en disfagia

Dobles texturas en el mismo plato

Mezclas de líquidos y sólidos. Sopas con pasta, verduras, carne o pescado, cereales

Alimentos pegajosos

Bollería, chocolate, miel, caramelos, plátano, pan

Alimentos que se dispersen

Guisantes, arroz, legumbres enteras (lentejas,...)

Alimentos que sacan agua al masticar o al chafar

Melón, sandía, naranja

Alimentos que pasan de sólido a líquido a la boca

Helados o gelatinas (a consultar con su personal sanitario de referencia)

Alimentos fibrosos

Piña, lechuga, espárragos

Alimentos y purés con

Grumos, huesos, tendones y cartílagos, espinas

Alimentos con piel y semillas

Frutas y verduras como: mandarina, uva, tomates

Alimentos crujientes y secos o que se desmenuzan en la boca

Tostadas, biscotes, galletas, patatas (chips), queso curado, pan

Alimentos duros y secos

Pan de cereales, frutos secos enteros