



AZIENDA OSPEDALIERA “S. CROCE E CARLE”- CUNEO

Ente di Rilievo Nazionale e Alta specializzazione D.P.C.M. 23 aprile 1993

PICCOLA GUIDA PER UN'ADEGUATA GESTIONE DELL'ALIMENTAZIONE NEL PAZIENTE ANZIANO



Il pasto nelle persone anziane rappresenta un momento molto importante e spesso delicato. Talvolta chi si occupa della somministrazione del pasto può incontrare delle difficoltà.

Dal confronto con i colleghi della S.C. Geriatria, nasce questo opuscolo, che presenta alcune indicazioni di base utili per una corretta gestione dei pasti nel paziente anziano.

Giulia Bertolino e Claudia Bruno
LOGOPEDISTE
S.S.D. RRF - Responsabile
dott. Riccardo Schiffer

LA DEGLUTIZIONE NELL'ANZIANO

La deglutizione è l'insieme di tutte le azioni necessarie a convogliare sostanze solide, liquide, gassose o miste dalla bocca allo stomaco, in connessione con altre funzioni come la masticazione, la respirazione, l'attività muscolare bucco-facciale-cervicale e con le loro regolazioni nervose.

Nelle persone anziane si assiste a un fisiologico decadimento che coinvolge molte funzioni, tra cui anche la deglutizione, esponendo la persona a un maggiore rischio di malnutrizione e di affezioni respiratorie, quali la polmonite ab ingestis. Questo processo involutivo della deglutizione è chiamato presbifagia ed è influenzato dai seguenti fattori:

- Perdita di massa muscolare e debolezza, con conseguente riduzione della forza;
- Rallentamento e incoordinazione generale;
- Declino del sistema senso-percettivo (riduzione della capacità olfattiva, gustativa, uditiva e visiva);
- Declino delle funzioni corticali superiori (memoria, attenzione, pianificazione);
- Riduzione della salivazione;
- Perdita dentaria e alterazioni dell'articolazione temporo-mandibolare.

CONSIGLI UTILI PER UN'ADEGUATA SOMMINISTRAZIONE DEI PASTI



1) È fondamentale mantenere sempre un'accurata pulizia del cavo orale e delle protesi dentarie, verificandone l'adeguatezza e la stabilità.



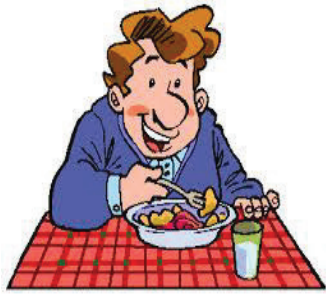
2) L'ambiente in cui viene consumato il pasto deve essere tranquillo, silenzioso e ben illuminato.



3) Coloro che assistono la persona anziana devono vigilare sul suo stato di attenzione e di affaticamento, sospendendo il pasto ai primi segni di stanchezza.

4) Chi assiste il pasto non deve porre domande o distrarre mentre la persona sta mangiando, per evitare che parli con la bocca piena.



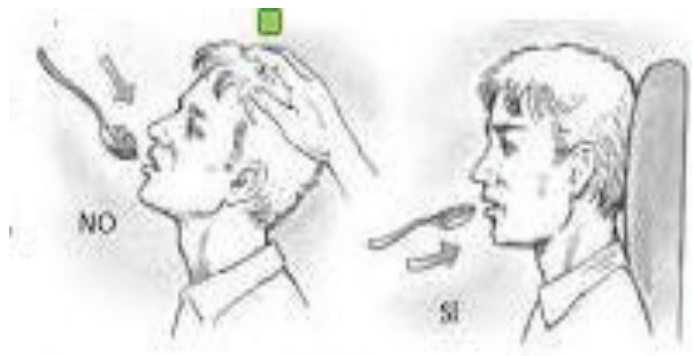


5) L'alimentazione deve procedere lentamente, introducendo il boccone successivo solo dopo aver deglutito quello precedente. Se presenti residui di cibo in bocca non percepiti, si può introdurre un cucchiaino vuoto per indurre la deglutizione.

6) La persona deve essere seduta correttamente, con capo e tronco eretti, piedi e braccia ben appoggiati.



7) Se il soggetto viene imboccato, l'imboccatore deve porsi allo stesso livello degli occhi del soggetto o più in basso e imboccare facendo giungere il boccone dal basso (per favorire la flessione del capo, che aiuta la deglutizione).





8) In caso si verificano episodi di tosse, evitare di dare acqua da bere, ma aspettare che la persona torni tranquilla e respiri regolarmente e riprendere l'alimentazione.

9) Far mantenere la posizione seduta per almeno 40 minuti dal termine del pasto.



CIBI DIFFICILI DA GESTIRE

Per i soggetti anziani, alcune consistenze risultano più difficili da gestire e possono favorire la comparsa di disfagia:

- Consistenza mista (es. minestrina in brodo, farmaci in capsula con acqua);
- Piccolo formato (es. riso, cibi che si sbriciolano);
- Verdure filamentose;
- Cibi appiccicosi;
- Polveri (es. cacao).



CAMPANELLI D'ALLARME

Nel caso si verifichi la comparsa di alcuni sintomi specifici è bene allertare il personale del reparto per procedere a una valutazione specifica della capacità deglutitoria.

I sintomi che devono indurre il sospetto sono:

- La comparsa costante di colpi di tosse involontaria entro 2-3 minuti dalla deglutizione di un boccone;
- La comparsa di voce velata o gorgogliante dopo la deglutizione del boccone;
- La fuoriuscita di liquido o di cibo dal naso;
- Fastidio o dolore associato alla deglutizione;
- La sensazione che parte del cibo resti nella gola;
- Febbricola senza causa apparente;
- Presenza/aumento di catarro;
- Perdita di peso;
- Aumento della durata del pasto;
- Calo dell'appetito.