



Descriptores de los diferentes niveles de modificación, métodos de medida y ejemplos

El proyecto INDEED (2020-1-ES01-KA204-083288) está cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea. El contenido de este documento es responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto y ni la Comisión Europea, ni el Servicio Español para la Internacionalización de la Educación (SEPIE) son responsables del uso que pueda hacerse de la información aquí difundida.

INDEED: "Herramientas innovadoras en las dietas orientadas a la educación y la mejora de la salud en la condición de disfagia"
Project N:2020-1-ES01-KA204-083288



Cofinanciado por
la Unión Europea



Objetivos de la lección

El objetivo de esta lección es aprender los descriptores y métodos de medición de los niveles de modificación de los alimentos sólidos o bebidas



Resultados de aprendizaje

- Aprender la terminología común para describir las texturas de los alimentos y el espesor de las bebidas
- Discutir los descriptores de las bebidas y alimentos de todos los niveles
- Aplicar métodos de medición sencillos para la detección de niveles de alimentos y bebidas



(Source: <https://www.iddsi.org>)

Cuestión para reflexionar



¿Es ahora más consciente de que los alimentos sólidos y los líquidos son sometidos a fuerzas complejas cuando se mastican y se tragan?

Estandarización de los niveles de modificación de líquidos y alimentos sólidos

- El documento Definiciones detalladas del Marco IDDSI completo proporciona descriptores detallados para todos los niveles del Marco IDDSI. El documento Definiciones detalladas del Marco IDDSI completo 2019 es una actualización del documento de 2016.
- Los descriptores **se apoyan en métodos de medición sencillos** que pueden utilizar las personas con disfagia o los cuidadores, los médicos, los profesionales de la alimentación o la industria para confirmar el nivel en el que encaja un alimento o una bebida.
- El **marco IDDSI proporciona una terminología común para describir las texturas de los alimentos y la visosidad de las bebidas**. Las pruebas IDDSI tienen por objeto confirmar las características de fluido o textura de un producto concreto en el momento de la prueba.
- Las pruebas deben realizarse con alimentos y bebidas en las condiciones de servicio previstas (especialmente en cuanto a la temperatura).



Recuerde que la temperatura condiciona las propiedades de flujo

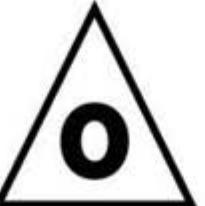
<https://www.iddsi.org/Resources/Videos/Introduction-to-IDDSI>

Los alimentos clasificados en los niveles 4 a 7 se señalan como alimentos de textura modificada para los pacientes disfágicos



Los líquidos clasificados en los niveles 0 a 4 se señalan como alimentos de textura modificada para pacientes disfágicos

(Fuente: <https://www.iddsi.org>)

NIVEL  FINO **Descripción / Características**

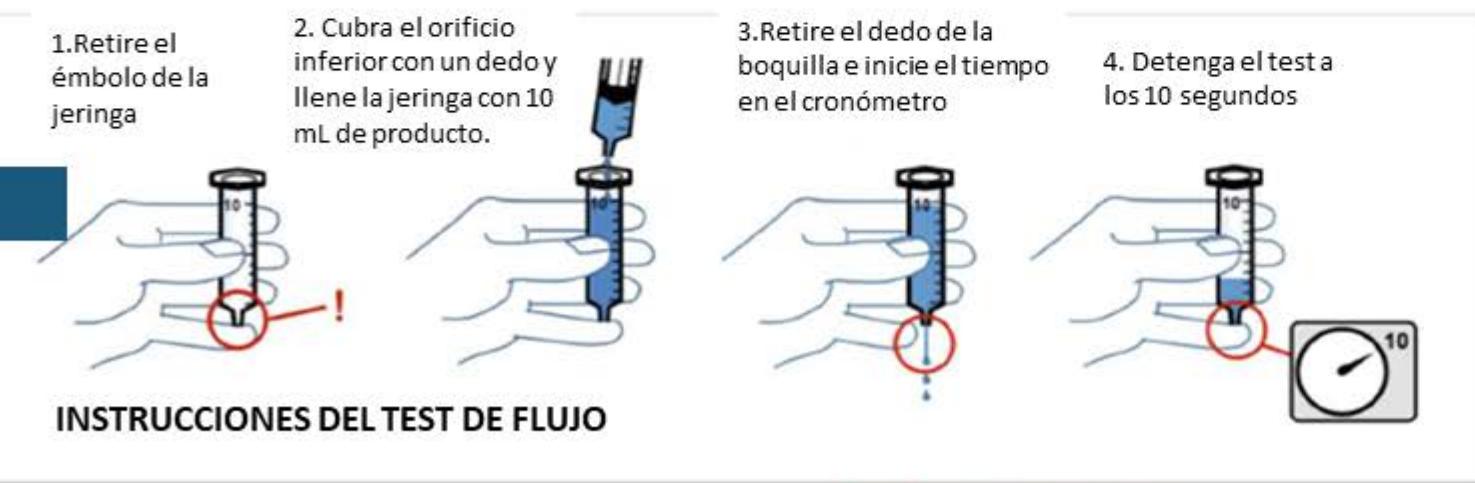
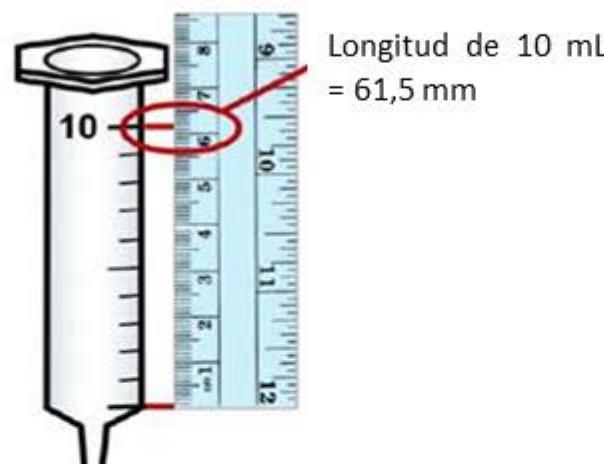
- Fluye como el agua
- Flujo rápido
- Puede beber a través de cualquier tipo de tetina/pezón, vaso o pajita según la edad y las habilidades.

 **Indicaciones fisiológicas para el uso de este nivel**

- Capacidad funcional para manejar con seguridad líquidos de todo tipo

Antes de empezar

Debe comprobar la longitud de la jeringa, que debe ser como se muestra en la figura.

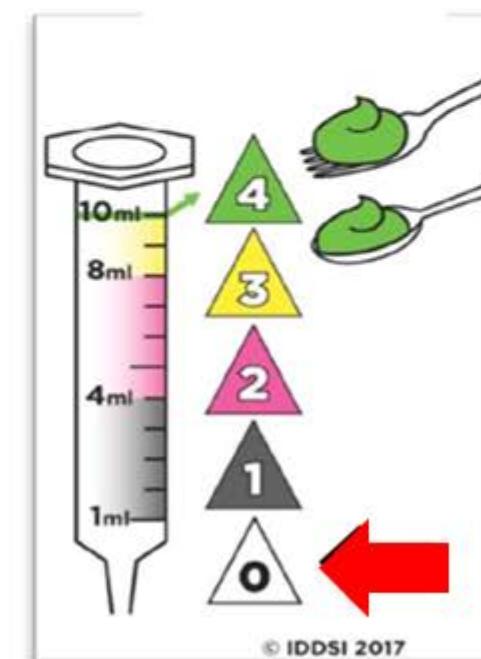


(Fuente: <https://www.idssi.org>)

MÉTODO DE MEDICIÓN

TEST DE FLUJO IDSSI

- Queda menos de 1 mL en la jeringa tras 10 segundos de flujo



■ Descripción / Características

- Más espeso que el agua
- Requiere un poco más de esfuerzo para beber que los líquidos finos
- Fluye a través de una pajita, jeringa o tetina/pezón
- Espesor similar al de la mayoría de las fórmulas infantiles "antirregurgitación" (AR) disponibles en el mercado

■ Indicaciones fisiológicas para el uso de este nivel

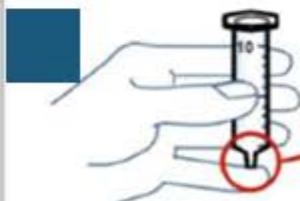
- A menudo se utiliza en la población pediátrica como una bebida espesada que reduce la velocidad de flujo, pero que todavía puede fluir a través de la tetina/pezón del bebé. La consideración del flujo a través de una tetina/pezón debe determinarse caso por caso.
- También se utiliza en poblaciones adultas en las que las bebidas poco espesas fluyen demasiado rápido para ser controladas con seguridad. Estos líquidos ligeramente espesos fluirán a un ritmo ligeramente más lento.

Antes de empezar

Debe comprobar la longitud de la jeringa, que debe ser como se muestra en la figura.



1. Retire el émbolo de la jeringa



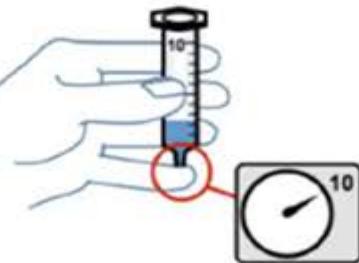
2. Cubra el orificio inferior con un dedo y llene la jeringa con 10 mL de producto.



3. Retire el dedo de la boquilla e inicie el tiempo en el cronómetro



4. Detenga el test a los 10 segundos



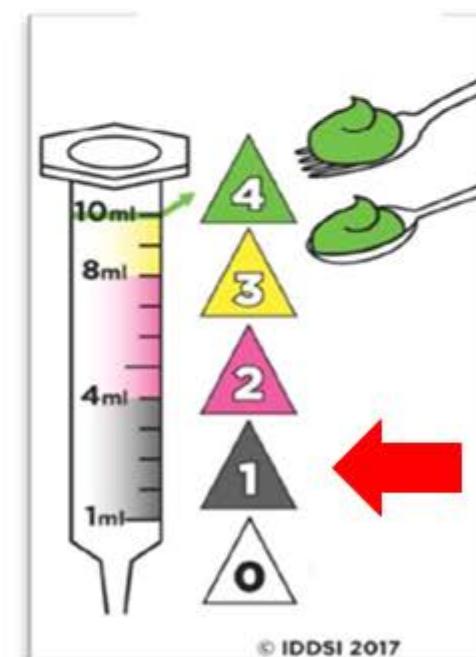
INSTRUCCIONES DEL TEST DE FLUJO

(Fuente: <https://www.idssi.org>)

MÉTODO DE MEDICIÓN

TEST DE FLUJO IDSSI

- Quedan entre **1 mL y 4 mL** en la jeringa **tras 10 segundos de flujo**





■ Descripción / Características

- Fluye de una cuchara
- Se puede beber a sorbos, se vierte rápidamente de una cuchara, pero es más lento que las bebidas finas
- Se requiere un leve esfuerzo para beber este espesor a través de una pajita estándar (pajita de calibre estándar = 0,209 pulgadas o 5,3 mm de diámetro)

■ Indicaciones fisiológicas para el uso de este nivel

- Si las bebidas finas fluyen demasiado rápido para ser controladas con seguridad, estos líquidos ligeramente espesos fluirán a un ritmo ligeramente más lento
- Pueden ser adecuados si el control de la lengua está ligeramente reducido.

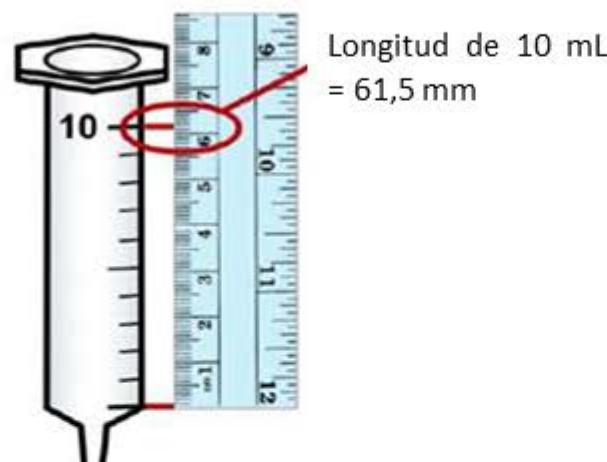
■ Método de ensayo

Test de flujo IDDSI: El líquido de prueba fluye a través de una jeringa de punta deslizante de 10 mL dejando de 4 a 8 mL en la jeringa después de 10 segundos (Ver instrucciones del test de flujo de IDDSI)

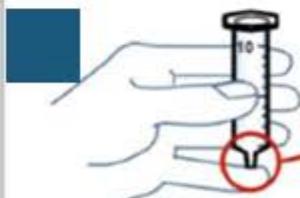
2 POCO ESPESO

Antes de empezar

Debe comprobar la longitud de la jeringa, que debe ser como se muestra en la figura.



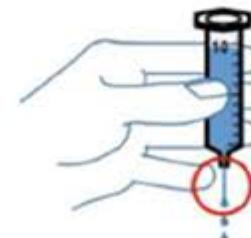
1. Retire el émbolo de la jeringa



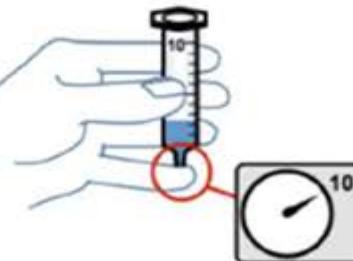
2. Cubra el orificio inferior con un dedo y llene la jeringa con 10 mL de producto.



3. Retire el dedo de la boquilla e inicie el tiempo en el cronómetro



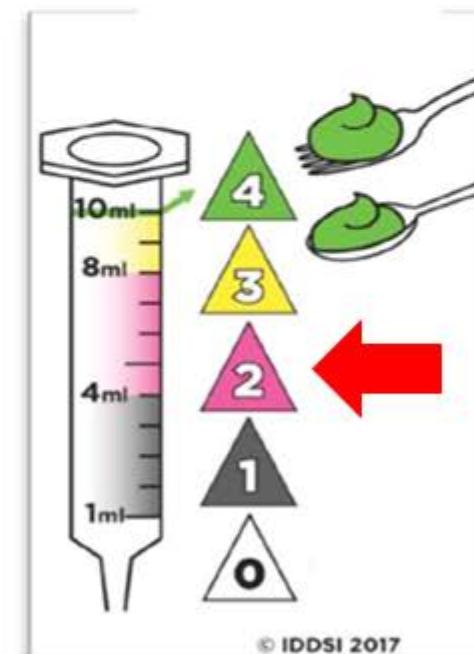
4. Detenga el test a los 10 segundos


INSTRUCCIONES DEL TEST DE FLUJO

(Fuente: <https://www.idssi.org>)

MÉTODO DE MEDICIÓN
TEST DE FLUJO IDSSI

- Quedan entre 4 mL y 8 mL en la jeringa tras 10 segundos de flujo**



NIVEL



LICUADA

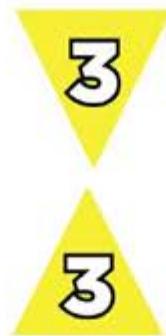
MODERADAMENTE ESPESA

■ Descripción / Características

- Puede beberse de una taza
- Se requiere un esfuerzo moderado para aspirar a través de una pajita de calibre estándar o de calibre ancho (pajita de calibre ancho = 0,275 pulgadas o 6,9 mm)
- No se puede poner en un plato, en capas o moldeado, porque no conserva su forma
- No puede comerse con un tenedor porque gotea lentamente en forma de gotas a través de las puntas
- Puede comerse con una cuchara
- No requiere procesamiento oral ni masticación: se puede tragarse directamente
- Textura suave sin "trozos" (grumos, fibras, trozos de cáscara o piel, cáscara, partículas de cartílago o hueso)

■ Indicaciones fisiológicas para el uso de este nivel

- Si el control de la lengua no es suficiente para manejar las bebidas ligeramente espesas (nivel 2), este nivel líquido/moderadamente espeso puede ser adecuado
- Permite más tiempo para el control oral
- Necesita un cierto esfuerzo de propulsión lingual
- Dolor al tragarse



MÉTODOS DE MEDIDA

Test de flujo

- El líquido fluye a través de una jeringa de 10 mL dejando más de 8 mL en la jeringa tras 10 segundos.

Test del goteo del tenedor

- Gotea lentamente en cucharadas a través de las puntas de un tenedor.
- Cuando se presiona un tenedor sobre la superficie del Nivel 3, las púas de un tenedor no dejan un patrón claro en la superficie.
- Se extiende si se derrama sobre una superficie plana.

Test de la inclinación de la cuchara

- Se vierte fácilmente de la cuchara cuando se titula; no se pega a la cuchara

Prueba de los dedos

- No es posible mantener una muestra entre los dedos. Sin embargo, esta textura se desliza suave y fácilmente entre el pulgar y los dedos, dejando una capa.

NIVEL

3

LICUADA

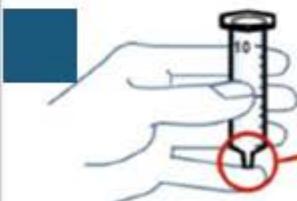
MODERADAMENTE ESPESA

Antes de empezar

Debe comprobar la longitud de la jeringa, que debe ser como se muestra en la figura.



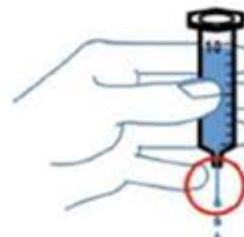
1. Retire el émbolo de la jeringa



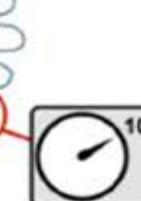
2. Cubra el orificio inferior con un dedo y llene la jeringa con 10 mL de producto.



3. Retire el dedo de la boquilla e inicie el tiempo en el cronómetro



4. Detenga el test a los 10 segundos

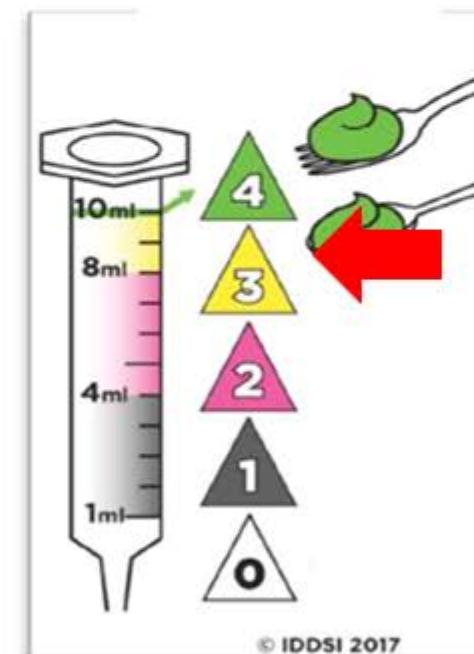


INSTRUCCIONES DEL TEST DE FLUJO

(Fuente: <https://www.idssi.org>)

TEST DE FLUJO IDSSI

- Quedan más de **8 mL** en la jeringa tras 10 segundos de flujo



NIVEL



LICUADA

MODERADAMENTE ESPESA

MÉTODO DE MEDICIÓN

Prueba de goteo del tenedor

Determinar si discurre a través de las ranuras de un tenedor y comparar el resultado contra la descripción detallada de cada nivel



Fuente: <https://www.iddsi.org>)

NIVEL



■ Descripción / Características

- Suele comerse con cuchara (es posible utilizar un tenedor)
- No se puede beber de una taza porque no fluye fácilmente
- No se puede chupar con pajita
- No requiere masticación
- Se puede entubar, poner en capas o moldear porque conserva su forma, pero no debería requerir masticación si se presenta de esta forma
- Muestra un movimiento muy lento bajo la gravedad, pero no se puede verter
- Se desprende de la cuchara en una sola cucharada cuando se inclina y sigue manteniendo la forma en un plato
- No tiene grumos
- No es pegajoso
- El líquido no debe separarse del sólido

NIVEL



Indicaciones fisiológicas para el uso de este nivel

- Si el control de la lengua está muy reducido, esta categoría puede ser la más fácil de controlar
- Requiere menos esfuerzo de propulsión que Picado y Húmedo (nivel 5), Suave y tamaño bocado (nivel 6) y Regular y Fácil de Masticar (nivel 7), pero más que Licuado/Moderadamente espeso (nivel 3)
- No es necesario morder ni masticar
- El aumento de los residuos orales y/o faríngeos es un riesgo si es demasiado pegajoso
- Cualquier alimento que requiera masticación, manipulación controlada o formación de bolo no es adecuado
- Dolor al masticar o tragar
- Falta de dientes, prótesis dentales mal ajustadas

Test de presión de tenedor

- Suave sin grumos y granulación mínima
- Cuando un tenedor se presiona en la superficie del nivel 4, los dientes del tenedor dejan una clara marca en la superficie y/o el alimento mantiene las marcas del tenedor

Test del goteo del tenedor

- La muestra se encuentra en un montículo/apilamiento por encima de los dientes del tenedor; una pequeña cantidad puede fluir y formar una corta cola por debajo de las púas del tenedor, pero no baja o gotea continuamente a través de las púas del tenedor.

Test de la inclinación de la cuchara

- Es lo suficientemente cohesivo como para mantener su forma en la cuchara.
- Una cucharada completa debe salirse de la cuchara si ésta se inclina o se gira hacia un lado; puede ser necesario un movimiento muy suave (utilizando sólo los dedos y la muñeca) para desprender la muestra de la cuchara, pero la muestra debe deslizarse fácilmente dejando muy poco alimento en la cuchara. Es aceptable que quede una fina capa en la cuchara después de la prueba de titulación de la cuchara, sin embargo, debe ser posible ver la cuchara a través de la fina capa. i-e- la muestra no debe ser firme y pegajosa.
- Puede extenderse ligeramente o desplomarse muy lentamente sobre una placa plana.

Prueba de los dedos

- Es posible mantener una muestra entre los dedos. La textura se desliza suavemente y fácilmente entre los dedos y deja una capa destacable



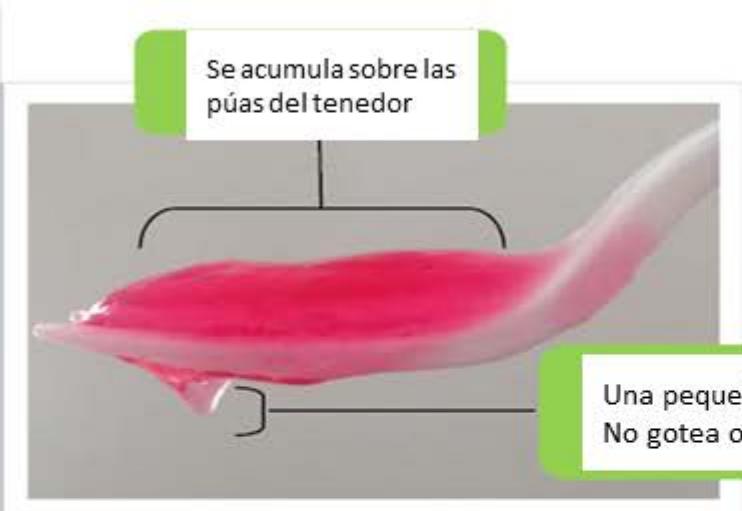
NIVEL

4

PURÉ

4

EXTREMADAMENTE ESPESA



Una pequeña cantidad puede fluir a través de las púas y formar un hilo bajo el tenedor.
No gotea o fluye continuamente a través de los dientes del tenedor.

Test de la inclinación de la cuchara: Mantiene su forma sobre la cuchara; no es firme ni pegajoso. Queda poco alimento sobre la cuchara



(Source: <https://www.iddsi.org>)

INDEED: "Herramientas innovadoras en las dietas orientadas a la educación y la mejora de la salud en la condición de disfagia"
Project N:2020-1-ES01-KA204-083288



Cofinanciado por
la Unión Europea

Las siguientes imágenes muestran ejemplos de alimentos que serían adecuados o inadecuados para el nivel 4 según la prueba de inclinación de la cuchara de la IDDSI

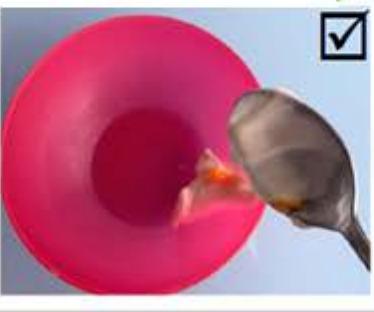
Seguro: Mantiene su forma sobre la cuchara; no es firme ni pegajoso.
Queda poco alimento sobre la cuchara



Inseguro: Mantiene su forma sobre la cuchara; firme y pegajoso. Queda mucho alimento sobre la cuchara



Seguro: Mantiene su forma sobre la cuchara; no es firme ni pegajoso.
Queda poco alimento sobre la cuchara



(Source: <https://www.idssi.org>)



NIVEL PICADO Y HÚMEDO

■ Descripción / Características

- Puede comerse con tenedor o cuchara
- Puede comerse con palillos en algunos casos, si la persona tiene muy buen control de la mano
- Se puede coger y dar forma (por ejemplo, en forma de bola) en un plato
- Suave y húmedo, sin líquido fino separado
- Pequeños grumos visibles dentro de la comida
- Pediátrico, igual o menos de 2 mm de ancho y no más de 8 mm de largo
- Adultos, igual o menos de 4 mm de ancho y no más de 15 mm de largo
- Los grumos son fáciles de aplastar con la lengua

■ Indicaciones fisiológicas para el uso de este nivel

- No es necesario morder
- Se requiere una masticación mínima
- La fuerza de la lengua puede utilizarse para separar las pequeñas partículas blandas de esta textura
- Se requiere la fuerza de la lengua para mover el bolo
- Dolor o fatiga al masticar
- Falta de dientes, prótesis dentales mal ajustadas



NIVEL

5

PICADO Y HÚMEDO



MÉTODOS DE PRUEBA

Prueba de presión con un tenedor

- Cuando se presiona con un tenedor, las partículas deben separarse fácilmente entre las púas del tenedor y atravesarlas
- Se puede triturar fácilmente con poca presión de un tenedor [la presión no debe hacer que la uña del pulgar blanquee hasta quedar blanca]

Prueba de goteo con tenedor

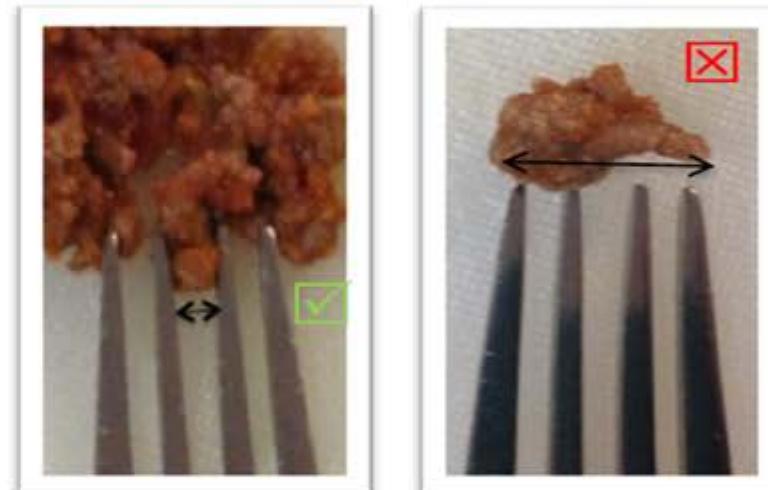
- Cuando se recoge una muestra con un tenedor, ésta se amontona o puede acumularse en el tenedor y no fluye ni cae fácil o completamente a través de las púas del tenedor.

Prueba de inclinación de la cuchara

- Suficientemente cohesivo para mantener su forma en la cuchara
- Una cucharada completa debe deslizarse/vertirse/caer de la cuchara si ésta se inclina o se gira lateralmente o se agita ligeramente; la muestra debe deslizarse fácilmente dejando muy poco alimento en la cuchara; es decir, la muestra no debe ser pegajosa
- Un montón recogido con una cuchara puede extenderse o desplomarse ligeramente en un plato

MÉTODOS DE PRUEBA

Utilice la ranura entre las puntas del tenedor para determinar si los trozos picados son del tamaño correcto o incorrecto



Nota: los requisitos de tamaño de los fragmentos para todos los alimentos del nivel 5 Picado y húmedo:

- Pediátrico, igual o inferior a 2 mm de ancho y no más de 8 mm de largo
- Adultos, igual o inferior a 4 mm de anchura y no más de 15 mm de longitud.

NIVEL 5 PICADO Y HÚMEDO



Test del tenedor

Pediátrico, igual o menos a 2 mm de ancho y no más de 8 mm de largo
Adulto, igual o menor a 4 mm de ancho y no más de 15 mm de largo

4 mm es aproximadamente la distancia entre los dientes de un tenedor estándar.



Suficientemente blando para chafarlo fácilmente con un tenedor o cuchara



Test de la inclinación de la cuchara

La muestra mantiene su forma en la cuchara y cae fácilmente cuando la cuchara se inclina o se agita ligeramente.

Los alimentos deben pasar las 3 pruebas para considerarse Nivel 5

(Source: <https://www.iddsi.org>)



(Source: <https://unsplash.com>)

- **CARNE**

- Picada finamente* o picada*, picada suave
- Pediátrica, igual o inferior a 2mm de ancho y no más de 8mm de largo
- Adultos, igual o inferior a 4 mm de ancho y no más de 15 mm de largo
- Servir en salsa o gravy suave, moderadamente o extremadamente espeso, escurriendo el exceso
- *Si la textura no puede ser picada finamente debe hacerse puré

- **PESCADO**

- Picado fino en salsa o caldo suave, moderada o extremadamente espesa, escurriendo el exceso
- *Pediátrico, igual o menos de 2 mm de ancho y no más de 8 mm de largo*
- *Adulto, igual o inferior a 4mm de ancho y no más de 15 mm de largo*

NIVEL

5

PICADO Y HÚMEDO

(Source: <https://www.idssi.org>)

ALIMENTOS ESPECÍFICOS Y EJEMPLOS (2)

- **FRUTA**

- - Servir finamente picada o troceada o en puré
- - Escurrir el exceso de jugo
- - Si es necesario, servir en una salsa o gravy suave, moderada o extremadamente espesa Y escurrir el exceso de líquido El líquido no debe separarse del alimento
- *Pediátrico, igual o menos de 2 mm de ancho y no más de 8 mm de largo*
- *Adulto, igual o menos de 4mm de ancho y no más de 15mm de largo*

- **VERDURAS**

- - Servirlas finamente picadas o troceadas o en forma de puré
- - Escurrir cualquier líquido
- - Si es necesario, servir en salsa o gravy suave, moderada o extremadamente espesa Y escurrir el exceso de líquido Ningún líquido fino debe separarse de los alimentos
- *Pediátrico, igual o menos de 2 mm de ancho y no más de 8 mm de largo*
- *Adulto, igual o inferior a 4mm de ancho y no más de 15mm de largo*

NIVEL

5

PICADO Y HÚMEDO



(Source: <https://unsplash.com>)

ALIMENTOS ESPECÍFICOS Y EJEMPLOS (3)

5

PICADO Y HÚMEDO

CEREAL

- Grueso y liso con pequeños grumos blandos

Pediátrica, igual o menor a 2mm de ancho y no mayor a 8mm de largo

Adulto, igual o inferior a 4mm de ancho y no más de 15mm de largo

- Textura totalmente ablandada
- La leche/líquido no debe separarse del cereal. Escurrir el exceso de líquido antes de servir

ARROZ, CUSCÚS, QUINOA (y texturas de alimentos similares)

- No debe ser pegajoso ni glutinoso
- No debe tener partículas ni separarse en granos individuales al cocinarse y servirse
- Servir con salsa suave, moderada o extremadamente espesa y la salsa no debe separarse del arroz, el cuscús, la quinoa (y texturas alimentarias similares. Escurrir el exceso de líquido antes de servir



(Source: <https://unsplash.com>)

5

PICADO Y HÚMEDO

PAN

- No pueden incluirse pan normal y seco, ni sándwiches ni tostadas de ningún tipo
- Consulte el vídeo de la receta de sándwiches picados y húmedos del nivel 5 de la IDDSI
<https://www.youtube.com/watch?v=W7bOufqmz18>
- Panes "empapados" pregelificados, muy húmedos y gelificados en todo su espesor

(Source: <https://www.iddsi.org>)

Descripción / Características

- Se puede comer con tenedor, cuchara o palillos
- Se puede triturar/romper con la presión de un tenedor, una cuchara o unos palillos
- No se necesita un cuchillo para cortar este alimento, pero puede utilizarse para ayudar a cargar un tenedor o una cuchara
- Suave, tierno y húmedo en toda su extensión, pero sin líquido fino separado
- Es necesario masticar antes de tragar
- Trozos del tamaño adecuado para el tamaño y la capacidad de procesamiento oral
- Pediátrico, trozos de 8 mm (no más grandes que)
- Adultos, trozos de 15 mm = 1,5 cm (no más grandes)

Indicaciones fisiológicas para el uso de este nivel

- No es necesario morder
- Se requiere masticar
- El tamaño de los trozos de comida está diseñado para minimizar el riesgo de asfixia
- Se requiere la fuerza y el control de la lengua para mover el alimento y mantenerlo dentro de la boca para su masticación y procesamiento oral
- Se requiere la fuerza de la lengua para mover el bolo para la deglución
- Dolor o fatiga al masticar
- Falta de dientes, prótesis dentales mal ajustadas

MÉTODOS DE PRUEBA

Prueba de presión con un tenedor

- La presión de un tenedor sostenido de lado puede utilizarse para "cortar" o romper o escamar esta textura en trozos más pequeños
- Cuando una muestra del tamaño de la uña del pulgar (1,5x1,5 cm) se presiona con las púas de un tenedor hasta una presión en la que la uña del pulgar palidece hasta quedar blanca, la muestra se aplasta, se rompe, cambia de forma y no vuelve a su forma original cuando se retira el tenedor.

Prueba de presión con cuchara

- La presión de una cuchara mantenida de lado puede utilizarse para "cortar" o romper esta textura en trozos más pequeños.
- Cuando se presiona una muestra del tamaño de la uña del pulgar (1,5 cm x1,5 cm) con la base de una cuchara, la muestra se aplasta, se rompe, cambia de forma y no vuelve a su forma original cuando se retira la cuchara.

MÉTODOS DE PRUEBA

Cuando no se dispone de tenedores - Prueba de los palillos

- Se pueden utilizar palillos para romper esta textura en trozos más pequeños o pinchar los alimentos

Cuando no se disponga de tenedores - Prueba del dedo

- Utilice una muestra del tamaño de la uña del pulgar (1,5 cm x 1,5 cm). Se puede aplastar una muestra de esta textura presionando con el dedo de forma que las uñas del pulgar y del índice se blanqueen hasta quedar blancas. La muestra se rompe y no recupera su forma inicial una vez que se libera la presión.

Ejemplos: <https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/>



Apretar hasta que la uña se blanquee



La muestra se aplasta y no vuelve a su forma original cuando se libera la presión

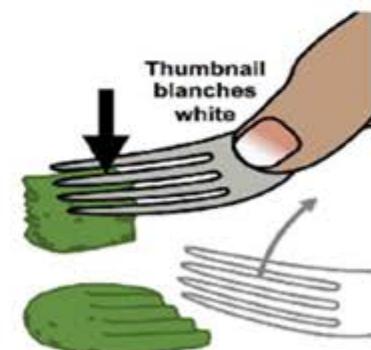
Piezas de menos de 8 mm x 8 mm para niños



Piezas de menos de 1,5 cm x 1,5 cm para adultos



El nivel 6 debe cumplir el test de tamaño y el test de blandura



(Source: <https://www.iddsi.org>)



6 SUAVE Y TAMAÑO BOCADO

CARNE

- Carne cocida y tierna, no más grande que
- *Pediátrico, trozos de 8 mm*
- *Adultos, 15 mm = trozos de 1,5 x 1,5 cm*
- Si la textura no puede servirse blanda y tierna a 1,5 cm x 1,5 cm (como se confirma con la prueba de presión con tenedor/cuchara), sírvase picada y húmeda



PESCADO

- Pescado cocido lo suficientemente blando como para romperlo en trozos pequeños con tenedor, cuchara o palillos no mayores que
- *Pediátrico, trozos de 8 mm*
- *Adultos, trozos de 15 mm = 1,5 cm*
- Sin espinas ni pieles duras

(Source: <https://unsplash.com>)

GUISOS/ESTOFADOS/CURRY

(Source: <https://unsplash.com>)

- La parte líquida (por ejemplo, la salsa) debe ser espesa (según las recomendaciones del médico)
- Puede contener carne, pescado o verduras si los trozos finales cocinados son blandos y tiernos
- y no son más grandes que
- No hay grumos duros

ALIMENTOS ESPECÍFICOS Y EJEMPLOS (2)

6

SUAVE Y TAMAÑO BOCADO

- Servir picada o en puré si no se puede cortar en trozos suaves y del tamaño de un bocado
- *Pediátrico, trozos de 8 mm / Adultos, trozos de 15 mm = 1,5 cm*
- Las partes fibrosas de la fruta no son adecuadas
- Escurrir el exceso de jugo
- Evaluar la capacidad individual para manejar la fruta con alto contenido de agua (por ejemplo sandía), donde el jugo se separa del sólido en la boca durante la masticación



(Source: <https://unsplash.com>)

VERDURAS

- Verduras al vapor o hervidas con un tamaño final de cocción de
- *Pediátrico, trozos de 8 mm / Adultos, trozos de 15 mm = 1,5 cm*
- Las verduras salteadas pueden estar demasiado firmes y no son blandas o tiernas. Compruebe la blandura con la prueba de presión con tenedor/cuchara



(Source: <https://unsplash.com>)

CEREAL

- Suave, con grumos blandos y tiernos, no más grandes que
- *Pediátrico, trozos de 8 mm / Adultos, trozos de 15 mm = 1,5 cm*
- Textura totalmente ablandada
- Cualquier exceso de leche o líquido debe ser escurrido y/o espesado al nivel de espesor recomendado por el clínico



(Source: <https://unsplash.com>)

ALIMENTOS ESPECÍFICOS Y EJEMPLOS (3)

6

SUAVE Y TAMAÑO BOCADO**PAN**

- No se admite pan seco normal, sándwiches o tostadas de ningún tipo
- Utilice el vídeo de la receta de sándwiches picados y húmedos del nivel 5 de la IDDSI para preparar el pan y añadirle un relleno que cumpla con los requisitos del nivel 6 de blandura y picado
- <https://www.youtube.com/watch?v=W7bOufqmz18>
- Panes "empapados" pregelificados, muy húmedos y gelificados en todo su espesor

(Source: <https://www.iddsi.org>)**ARROZ, CUSCÚS, QUINOA (y texturas de alimentos similares)**

- No deben ser particulados/granulados, pegajosos o glutinosos

■ Descripción / Características

- Alimentos normales y cotidianos de texturas suaves/blandas que sean apropiados para el desarrollo y la edad.
- Se puede utilizar cualquier método para comer estos alimentos
- El tamaño de la muestra no está restringido en el nivel 7, por lo que los alimentos pueden ser de distintos tamaños
 - *Trozos más pequeños o mayores de 8 mm (pediátrico)*
 - *Trozos más pequeños o mayores de 15 mm = 1,5 cm (Adultos)*
- No incluye: trozos duros, resistentes, masticables, fibrosos, fibrosos, crujientes o desmenuzables, pepitas, semillas, partes fibrosas de la fruta, cáscaras o huesos
- Puede incluir alimentos y líquidos de "doble consistencia" o "consistencia mixta" si también son seguros para el nivel 0, y a criterio del médico. Si no es seguro para el nivel 0
- La porción líquida y fina puede espesarse hasta el nivel de espesor recomendado por el médico

Indicaciones fisiológicas para el uso de este nivel

- Requiere la capacidad de morder alimentos blandos y masticar y procesar oralmente los alimentos durante el tiempo suficiente para que la persona forme una bola/bolo blando y cohesivo que esté "listo para tragarse". No requiere necesariamente la presencia de dientes.
- Requiere la capacidad de masticar y procesar oralmente alimentos blandos/blandos sin cansarse fácilmente
- Puede ser adecuado para personas a las que les resulta difícil o doloroso masticar y tragar alimentos duros y/o masticables
- Este nivel podría presentar un riesgo de atragantamiento para las personas con un mayor riesgo de atragantamiento clínicamente identificado, ya que los trozos de comida pueden ser de cualquier tamaño. La restricción del tamaño de los trozos de comida tiene como objetivo minimizar el riesgo de atragantamiento (por ejemplo, el nivel 4 de puré, el nivel 5 de alimentos picados y húmedos y el nivel 6 de alimentos blandos y en bocados tienen restricciones de tamaño de los trozos de comida para minimizar el riesgo de atragantamiento).
- Este nivel puede ser utilizado por clínicos cualificados para la enseñanza del desarrollo, o la progresión a alimentos que requieren habilidades de masticación más avanzadas
- Si la persona necesita supervisión para comer de forma segura, antes de utilizar este nivel de textura consulte a un clínico cualificado para determinar las necesidades de textura de los alimentos de la persona, y el plan de comidas para la seguridad
- Las personas pueden comer de forma insegura sin supervisión debido a problemas de masticación y deglución y/o a comportamientos inseguros a la hora de comer. Algunos ejemplos de comportamientos inseguros a la hora de comer son: no masticar muy bien, llevarse demasiada comida a la boca, comer demasiado rápido o tragar grandes bocados de comida, incapacidad de autocontrolar la capacidad de masticación.
- Se debe consultar a los médicos para obtener consejos específicos sobre las necesidades, peticiones y requisitos de supervisión del paciente.
- Cuando sea necesaria la supervisión durante las comidas, este nivel sólo debe utilizarse bajo la estricta recomendación y orientación escrita de un clínico cualificado

MÉTODOS DE PRUEBA

Prueba de presión con un tenedor

- La presión de un tenedor sostenido de lado puede utilizarse para "cortar" o romper o escamar esta textura en trozos más pequeños
- Cuando una muestra del tamaño de la uña del pulgar (1,5x1,5 cm) se presiona con las púas de un tenedor hasta una presión en la que la uña del pulgar palidece hasta quedar blanca, la muestra se aplasta, se rompe, cambia de forma y no vuelve a su forma original cuando se retira el tenedor.

Prueba de presión con cuchara

- La presión de una cuchara mantenida de lado puede utilizarse para "cortar" o romper o escamar esta textura en trozos más pequeños
- Cuando se presiona una muestra del tamaño de la uña del pulgar (1,5x1,5 cm) con la base de una cuchara hasta una presión en la que la uña del pulgar palidece hasta quedar blanca, la muestra se aplasta, se rompe, cambia de forma y no vuelve a su forma original cuando se retira la cuchara.

MÉTODOS DE PRUEBA

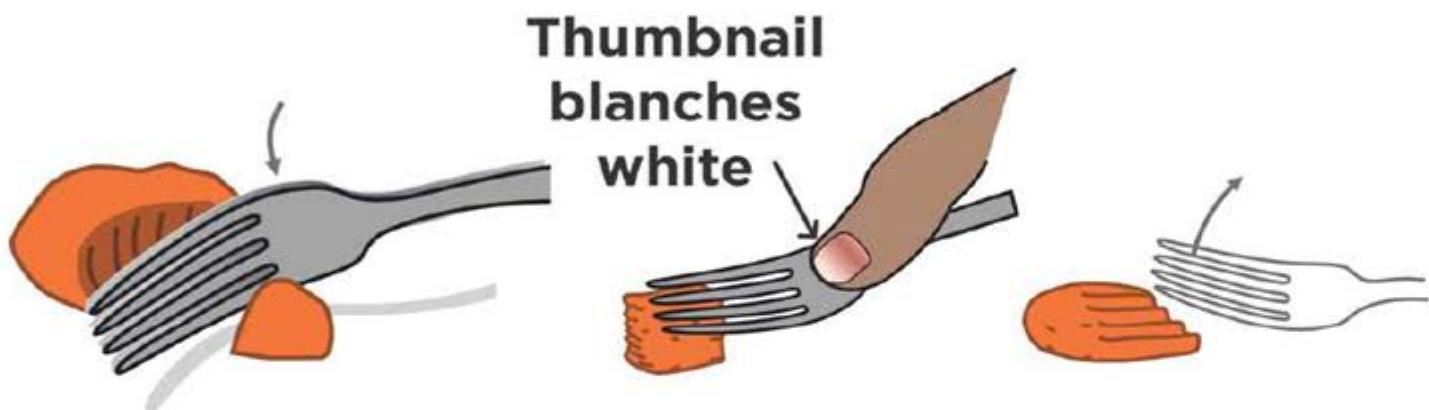
Cuando no se dispone de tenedores - Prueba de los palillos

- Se pueden utilizar palillos para pinchar esta textura

Si no se dispone de tenedores, prueba del dedo

- Utilice una muestra del tamaño de la uña del pulgar (1,5x1,5 cm). Se puede aplastar una muestra de esta textura presionando con el dedo de forma que las uñas del pulgar y del índice se blanqueen hasta quedar blancas. La muestra se aplasta y se rompe y no vuelve a su forma inicial una vez que se libera la presión.

Ejemplos: <https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/>



Debe poder romperse fácilmente con el lateral de una cuchara o tenedor

Test de presión con el tenedor

Para asegurar que el alimento es suficientemente blando, presione el tenedor con el dedo pulgar hasta que la uña se ponga blanca, y entonces, levante el tenedor para ver si el alimento se ha chafado completamente y no recupera su forma.

(Source: <https://www.iddsi.org>)

INDEED: "Herramientas innovadoras en las dietas orientadas a la educación y la mejora de la salud en la condición de disfagia"
Project N:2020-1-ES01-KA204-083288

Los alimentos fáciles de masticar (Nivel 7) deben romperse fácilmente con el lado de un tenedor o una cuchara y pasar la prueba de presión con un tenedor



(Source: <https://www.iddsi.org>)



Cofinanciado por la Unión Europea



ALIMENTOS ESPECÍFICOS Y EJEMPLOS (1)

NIVEL

7

FÁCIL DE MASTICAR

CARNE

- Cocinada hasta que esté tierna
- Si la textura no puede servirse blanda y tierna, sírvase picada y húmeda

PESCADO

- Pescado cocido lo suficientemente blando como para romperlo en trozos pequeños con el tenedor lateral, la cuchara o los palillos

GUISO/GUISO/CURRY

- Puede contener carne, pescado, verduras o combinaciones de éstos si los trozos cocidos finales son blandos y tiernos
- Servir en salsa suave, moderada o extremadamente espesa y escurrir el exceso de líquido
- Sin grumos duros

FRUTA

- Lo suficientemente blanda como para cortarla en trozos más pequeños con el lado de un tenedor o una cuchara. No utilice las partes fibrosas de la fruta (por ejemplo, la parte blanca de una naranja).

VERDURAS

- Cueza las verduras al vapor o hágalas hasta que estén tiernas. Las verduras salteadas pueden estar demasiado firmes para este nivel. Compruebe la blandura con la prueba de presión de un tenedor/cuchara

ALIMENTOS ESPECÍFICOS Y EJEMPLOS (2)

NIVEL **7** FÁCIL DE MASTICAR

CEREAL

- Se sirve con textura suavizada
- Escurrir el exceso de leche o líquido y/o espesar hasta el nivel de espesor recomendado por el clínico



(Source: <https://www.iddsi.org>)

PAN

- El pan, los sándwiches y las tostadas que pueden cortarse o romperse en trozos más pequeños con el lado de un tenedor o una cuchara pueden proporcionarse a discreción del clínico

ARROZ, CUSCÚS, QUINOA (y texturas de alimentos similares)

- No hay instrucciones especiales



(Source: <https://unsplash.com>)



■ Descripción/Características

- Alimentos normales y cotidianos de diversas texturas que son apropiados para el desarrollo y la edad.
- Se puede utilizar cualquier método para comer estos alimentos
- Los alimentos pueden ser duros y crujientes o naturalmente blandos
- El tamaño de la muestra no está restringido en el nivel 7, por lo que los alimentos pueden ser de diferentes tamaños
- *Piezas más pequeñas o mayores de 8 mm (pediatrónico) / Piezas más pequeñas o mayores de 15 mm = 1,5 cm (Adultos)*
- Incluye trozos duros, resistentes, masticables, fibrosos, secos, crujientes o desmenuzables
- Incluye alimentos que contienen pepitas, semillas, médula dentro de la piel, cáscaras o huesos
- Incluye alimentos y líquidos de "doble consistencia" o "consistencia mixta".

■ Indicaciones fisiológicas para el uso de este nivel

- Capacidad para morder alimentos duros o blandos y masticarlos durante el tiempo suficiente como para formar una bola/bolo blando y cohesivo que esté "listo para tragarse"
- Capacidad para masticar todas las texturas de alimentos sin cansarse fácilmente
- Capacidad para eliminar de la boca los huesos o cartílagos que no se pueden tragar con seguridad

■ Métodos de prueba

- No aplica

PARA SABER MÁS

1. [https://iddsi.org/IDDSI/media/images/Translations/IDDSI TestingMethods V2 LA SPANISH FINAL July2020.pdf](https://iddsi.org/IDDSI/media/images/Translations/IDDSI_TestingMethods_V2_LA_SPANISH_FINAL_July2020.pdf)
2. [https://iddsi.org/IDDSI/media/images/Translations/IDDSI Framework Descriptors V2 LA SPANISH FINAL July2020.pdf](https://iddsi.org/IDDSI/media/images/Translations/IDDSI_Framework_Descriptors_V2_LA_SPANISH_FINAL_July2020.pdf)
3. <https://www.iddsi.org/Resources/Patient-Handouts>
4. <https://www.iddsi.org/Resources/Audit-Tools>
5. <https://www.youtube.com/watch?v=peiLPtnmEsA>
6. <https://www.lybrate.com/topic/dysphagia-diet#food-items-you-can-easily-consume>
7. <https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/>
8. <https://www.youtube.com/watch?v=W7bOufqmz18>



PARA SABER MÁS

VISIT the IDDSI YouTube Channel

IDDSI handouts, webinars and recorded webinars

www.iddsi.org/resources

A screenshot of the IDDSI YouTube channel homepage. The channel header features a globe icon with a red arrow, the text "IDDSI", and "International Dysphagia Diet Standardisation Initiative". Below the header, the channel stats show 617 subscribers. The navigation bar includes links for HOME, VIDEOS, PLAYLISTS, CHANNELS, DISCUSSION, ABOUT, and a search bar. The main content area displays a grid of video thumbnails with titles such as "Studying the Dynamic Sensation of Eating - June 6..." and "Implementation in an Academic Hospital setting...". Each thumbnail includes the video title, duration, view count, and upload date.

INDEED: "Herramientas innovadoras en las dietas orientadas a la educación y la mejora de la salud en la condición de disfagia"
Project N:2020-1-ES01-KA204-083288



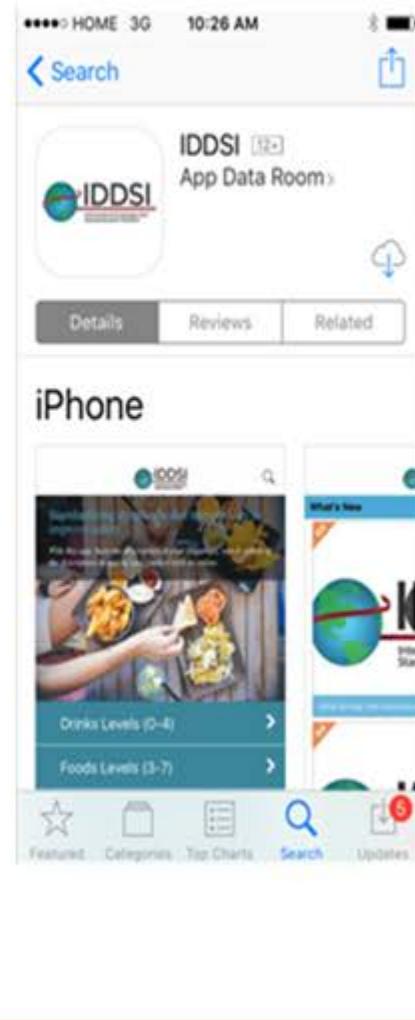
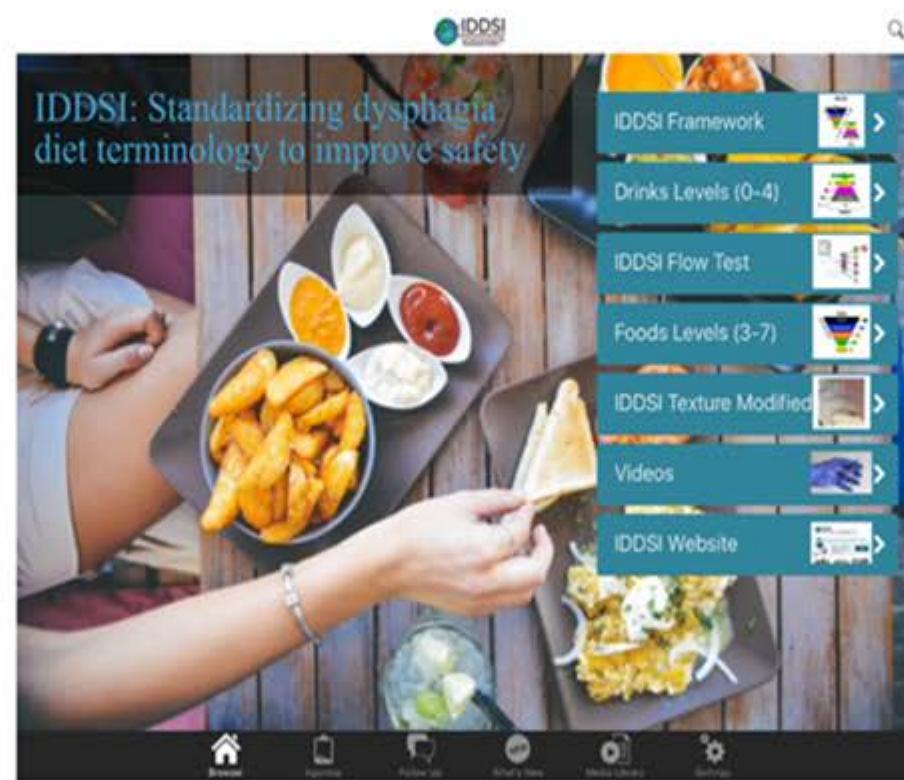
Cofinanciado por
la Unión Europea



PARA SABER MÁS

Android & iOS

- for Smartphones & Tablets



INDEED: "Herramientas innovadoras en las dietas orientadas a la educación y la mejora de la salud en la condición de disfagia"
Project N:2020-1-ES01-KA204-083288



Cofinanciado por
la Unión Europea



TABLA DE ACTIVIDAD

-  La actividad dura 60 minutos
-  Los objetivos de la actividad - aplicación de métodos sencillos de medición para la detección de niveles de alimentos y bebidas
-  Clase teórica y actividad práctica
-  Se necesitan alimentos, bebidas, jeringa de 10 mL, tenedor, cuchara
-  Online o directo



Tiempo para reflexión

Alguna pregunta?



Repase lo aprendido



Preguntas para reflexionar



Opinión



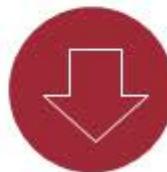
¿Cuántas estrellas daría a
esta unidad
(1 to 5)?



¿Qué cambios
recomiendas?



¿Qué es lo que MÁS le ha
gustado?



¿Qué es lo que MENOS le
ha gustado?



Socios del proyecto INDEED



<https://indeed-project.org/>

INDEED: "Innovative tools for diets oriented to education and health improvement in dysphagia condition"

Project N: 2020-1-ES01-KA204-083288



Cofinanciado por el
programa Erasmus+
de la Unión Europea