



Problemas de deglutição nos distúrbios do movimento: fatos essenciais para pacientes

OS DISTÚRBIOS DO MOVIMENTO PODEM AFETAR A DEGLUTIÇÃO?

Sim. Se você é portador de um distúrbio do movimento, ele pode afetar sua mastigação e deglutição. Quando você decide engolir, o tronco cerebral assume o controle para garantir que o alimento chegue com segurança ao esôfago e ao estômago e não à traqueia. Esse processo pode ser prejudicado se você tiver um distúrbio de movimento, como a doença de Parkinson.

QUAIS SÃO OS SINTOMAS COMUNS DE DISTÚRBIOS DA DEGLUTIÇÃO?

Os sintomas mais comuns são:

- A comida fica presa na garganta.
- Dificuldade em engolir comprimidos.
- Alimentos ou líquidos entrando em sua traqueia (aspiração), causando tosse.

QUANDO OCORREM OS DISTÚRBIOS DE DEGLUTIÇÃO?

Para as pessoas com doença de Parkinson, os distúrbios da deglutição geralmente começam nos estágios intermediários ou mais avançados da doença. No entanto, podem começar mais cedo com outros tipos de distúrbios do movimento.

QUAIS SÃO AS CONSEQUÊNCIAS DOS DISTÚRBIOS DE DEGLUTIÇÃO?

Os distúrbios de deglutição afetam as pessoas de maneiras diferentes. Algumas consequências possíveis incluem:

- Tossir ao comer e beber. Isso pode tornar o jantar com outras pessoas menos agradável.
- Sentir ansiedade na hora das refeições.
- Desistir de alguns alimentos favoritos que são muito difíceis de mastigar e engolir.
- Levantar mais tempo para terminar as suas refeições. Embora isso possa não ser um problema para alguns, pode ser um incômodo para outros.
- Perder peso porque você não está comendo o suficiente.
- Correr o risco de desenvolver pneumonia quando o mecanismo de defesa contra tosse diminui.

COMO POSSO IDENTIFICAR DISTÚRBIOS DE DEGLUTIÇÃO?

Aqui estão alguns sinais de que você pode ter um distúrbio de deglutição:

- A comida e a bebida estão lhe consumindo tempo excessivo ou se tornando incômodas.
- Você está começando a tossir enquanto come (mais de uma vez por semana).
- Você está com o apetite diminuído e notou mudanças graduais em sua dieta.
- Você precisa beber líquidos com mais frequência ao engolir os alimentos.

Se você estiver tendo esses sinais, deve falar com seu profissional de saúde.

O QUE POSSO FAZER PARA FACILITAR A DEGLUTIÇÃO?

Existem várias coisas que você pode fazer para ajudar na deglutição, dependendo do problema você pode:

- Para evitar a aspiração repentina de alimentos ou líquidos, não fale e coma (ou beba) ao mesmo tempo. Se isso for um desafio em seu ambiente social, tente conversar com as pessoas com quem está comendo para ajudá-las a entender a dificuldade que você possui.
- Se você achar difícil engolir comprimidos, pode ser útil tomá-los com um líquido mais espesso que a água, como purês. Observe que você deve evitar tomar produtos de derivados lácteos com seus comprimidos, pois as proteínas podem interferir com a ação da levodopa.
- Escolha alimentos mais macios para comer, para facilitar a mastigação e a deglutição. Se você tende a engasgar com o último gole de uma xícara, incline a cabeça em uma posição neutra ou para baixo antes de engolir.

O QUE OS CUIDADORES PROFISSIONAIS PODEM FAZER PARA AJUDAR?

Os cuidadores profissionais podem ajudar com o seu distúrbio de deglutição de várias maneiras. Fonoaudiólogos, neurologistas, nutricionistas, enfermeiras e psicólogos podem:

- Educar e aconselhar sobre alimentos ou pílulas que são mais fáceis de engolir.
- Lhe ensinar exercícios ou manobras para evitar a aspiração ou tornar sua deglutição mais forte.
- Fornece exercícios para melhorar sua força de tosse.



Problemas de deglutição nos distúrbios do movimento: fatos essenciais para pacientes

Se o seu distúrbio de deglutição se tornar grave, seus cuidadores profissionais podem aconselhá-lo sobre alimentação por sonda para manter a ingestão de alimentos e líquidos ideais.

RESUMINDO

- Problemas para mastigar e engolir alimentos ou comprimidos são comuns nos distúrbios de movimento.
- Pessoas com distúrbios de deglutição podem ter tosse ao comer e beber e/ou dificuldade em engolir os alimentos.
- Os distúrbios da deglutição geralmente significam refeições mais demoradas, limitações no que você pode comer ou até mesmo pneumonia.
- Relate suas queixas de deglutição à equipe de saúde. Educação, apoio e tratamento estão disponíveis.