Dificultad para tragar o disfagia

Esta sección ha sido revisada y aprobada por la Junta editorial de Cancer.Net [1], January / 2012

Hay disfagia (dificultad para tragar) cuando la persona tiene problemas para pasar los alimentos o los líquidos por la garganta. Algunas personas sienten náuseas, tienen tos o se ahogan al intentar tragar, mientras que otros sienten dolor o tienen la sensación de que la comida les queda atascada en la garganta.

Causas

Una de las causas es el cáncer mismo, en especial el cáncer de garganta o de esófago, que puede causar que el esófago se limite o achique. También es un efecto secundario frecuente de algunos tratamientos para el cáncer, como quimioterapia, radioterapia y cirugía. Los efectos secundarios del tratamiento para el cáncer que también pueden causar dificultades para tragar incluyen:

- Mucositis [2] (molestia, dolor o inflamación en la garganta, el esófago o la boca)
- Xerostomía [3] (sequedad de boca) causada por radioterapia o quimioterapia
- Infecciones de la boca o el esófago causadas por la radioterapia o la quimioterapia
- Hinchazón o constricción (estrechamiento) de la garganta o el esófago causadas por la radioterapia o la cirugía
- Cambios físicos en la boca, las mandíbulas, la garganta o el esófago causados por la cirugí

Control

Un aspecto importante del tratamiento y la atención del cáncer es aliviar los efectos secundarios, lo que también se denomina control de los síntomas, cuidados paliativos [4] o atención médica de apoyo. Hable con su equipo de atención médica sobre cualquier síntoma que experimente, incluido cualquier síntoma nuevo o un cambio en los síntomas.

Su médico puede derivarlo a un logopeda (profesional especializado en ayudar a las personas a usar los músculos en la boca y la garganta), quien le enseñará a tragar con mayor facilidad y a evitar ahogarse y tener arcadas al comer y beber.

Además, para reducir el dolor y la inflamación, el médico puede recetar medicamentos. Algunos analgésicos son enjuagues bucales que se utilizan directamente antes de comer. Es posible que a las personas que tienen una infección en la boca o la garganta, por ejemplo, una infección producida por hongos, como la candidosis bucal, se les receten medicamentos para tratar la infección.

Si los problemas para tragar hacen difícil consumir una dieta nutritiva, quizá sea necesario que se administren los alimentos a través de una sonda (generalmente una sonda nasogástrica que pasa a través de la nariz hacia el estómago) hasta que tragar sea más fácil.

Consejos sobre alimentación para pacientes con dificultades para tragar

Es posible que determinados métodos funcionen mejor para algunas personas que para otras, según la gravedad y la causa de los problemas para tragar. Pruebe diferentes tipos de alimentos y maneras de ingerir hasta que encuentre lo que sea mejor para usted. Recuerde siempre que la meta es llevar una dieta nutritiva con las suficientes calorías, proteínas y vitaminas y minerales. A continuación se incluyen algunos consejos adicionales.

- Ingiera alimentos blandos y suaves como yogur, budín o helado.
- Triture o procese los alimentos o hidrate los alimentos secos con caldo, salsa, mantequilla o leche.
- Pruebe espesar los líquidos agregando gelatina, tapioca, cereal de arroz para bebés o productos para espesar líquidos de venta en comercios. Por lo general los líquidos más espesos son más fáciles de tragar.
- Use una pajilla para beber líquidos y alimentos blandos.
- Ingiera alimentos fríos (para adormecer el dolor) o a temperatura ambiente.
- Introduzca en la boca bocados pequeños y mastique lenta y minuciosamente.
- Cuando coma o beba, siéntese derecho.
- Si pierde peso [5], ingiera comidas pequeñas y frecuentes, y elija alimentos que tengan alto contenido de proteínas y calorías, como huevos, batidos de leche, cazuelas y batidos nutricionales.
- Evite los alimentos secos, ásperos o duros, y los alimentos que deban masticarse mucho.
- Consulte a un dietista matriculado para obtener asesoramiento adicional sobre cómo tener una dieta equilibrada.

Más información

Dieta y nutrición[6] (en inglés)

Dificultad para masticar [7]

Salud dental y bucal durante el tratamiento para el cáncer [8] (en inglés)

Control de los efectos secundarios [9]

Links:
[1] http://www.cancer.net/about-us
[2] http://www.cancer.net/node/18335
[3] http://www.cancer.net/node/18351
[4] http://www.cancer.net/node/18376
[5] http://www.cancer.net/node/18339
[6] http://www.cancer.net/node/24965
[7] http://www.cancer.net/node/18319
[8] http://www.cancer.net/node/24499
[9] http://www.cancer.net/node/25911