



Iniciativa de Prevención de Ahogos de la OPWDD

Pautas de Preparación para Consistencia de Alimentos y Líquidos

Oficina de Servicios Conductuales y Clínicos

Actualizado en 2016





Office for People With Developmental Disabilities

ANDREW M. CUOMO
Gobernador

KERRY A. DELANEY
Comisionada Interina

Estimados amigos y colegas:

Nuestra prioridad es la salud y la seguridad de las personas que a las que prestamos servicios. Como una de las muchas medidas que se toman para garantizar la seguridad de las personas con discapacidad del desarrollo, y para fortalecer los servicios de todo nuestro sistema, la iniciativa de prevención de ahogos de la Oficina para Personas con Discapacidades del Desarrollo (OPWDD, por sus siglas en inglés) estandariza en el estado nuestro enfoque de consistencia de alimentos y preparación. Además, aumentarán la concientización de los peligros de ahogo y las preocupaciones de seguridad relacionadas.

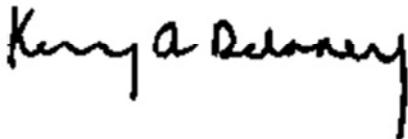
Al desarrollar esta iniciativa, sabíamos que se necesitaba un plan de capacitación sensato y terminología y definiciones congruentes. Seguimos una revisión integral de prácticas estatales y de organizaciones sin fines de lucro, además de las prácticas de otros estados, y aprendimos que lo que se considera picado en una zona, en otra puede considerarse molido. No sólo estándares similares eran incongruentes, sino que también lo era el nivel de consistencia del alimento mismo: licuado no significa lo mismo para todos.

Sabemos que cada persona a la que asistimos tiene necesidades exclusivas, y para cumplir con ellas de forma segura y eficaz, debemos comenzar desde un lugar de conocimiento común.

También sabemos que es imperativo que cada nuevo empleado en todo el sistema reciba la misma capacitación en la preparación de alimentos, además de cómo llevar adelante de forma eficaz un plan de atención personal de la persona. Nuestra iniciativa respaldará el éxito de esos resultados esenciales.

Quisiera agradecer a quienes desde los programas del estado y sin fines de lucro han estado involucrados en este proceso. Además deseo agradecer a la gran cantidad de personas de todo el sistema que brindaron información y proporcionaron sugerencias. Esas opiniones redundaron en un producto final más sólido que ayudará a hacer el sistema más seguro para las personas a quienes brindamos servicio.

Atentamente,



Kerry Delaney
Comisionada Interina

Agradecimientos

Un comité estatal para la Iniciativa de Prevención de Ahogos desarrolló las Pautas de Consistencia Alimentaria de la Oficina para Personas con Discapacidades del Desarrollo del estado de Nueva York (NYS OPWDD, por sus siglas en inglés). Este comité interdisciplinario de alcance estatal estuvo compuesto de logopedas, ergoterapeutas, nutricionistas y personal de enfermería, que aportaron sus conocimientos únicos junto con años de experiencia práctica al proceso de desarrollo. El abordaje del equipo interdisciplinario fue un catalizador muy eficaz para diseñar pautas que fueran prácticas y bien utilizadas en el campo y pudieran satisfacer las necesidades de las personas a las que brindamos atención.

En especial, deseamos agradecer la contribución del equipo de clínicos de DDSO (Organización de Servicios de Discapacidades del Desarrollo) de Finger Lakes por su asistencia en la redacción de las Pautas de Consistencia Alimentaria.

La presentación de capacitación en video titulada "Preparación de Consistencia de Alimentos y Líquidos" es una obra complementaria desarrollada para ilustrar la preparación recomendada de las consistencias de los alimentos y los líquidos referenciadas en las pautas. Esta presentación en video puede encontrarse en el sitio web de la OPWDD en la sección de capacitación.

Agradecemos y reconocemos a los nutricionistas de la DDSO de la zona central de Nueva York, al logopeda y a los ergoterapeutas que fueron fundamentales en el desarrollo y la demostración para esta producción en video.

Por último, deseamos agradecer al personal de la oficina central de la OPWDD por su revisión, edición y aplicación de toques finales a todos los materiales de capacitación, herramientas y otros recursos para nuestra Iniciativa de Prevención de Ahogos.

Esta información se usará como guía para las consistencias estandarizadas de los alimentos de la OPWDD. Es esencial la evaluación individualizada del clínico adecuado para el desarrollo del plan de atención apropiado con el fin de que cada persona cubra sus necesidades específicas y para brindar una atención óptima.

Catherine Swift RD CDN
Directora de Servicios de Nutrición

Victoria Schultz RN, MS, ANP-C
Directora de Enfermería y Servicios de Salud

Índice

Introducción.....	6
I. Palabras y Definiciones.....	7
III. Alimentos que Pueden Provocar Ahogos.....	9
IV. Pautas para Servir Perros Calientes y Salchichas.....	10
V. Consistencia de Alimentación Entera.....	12
VI. Trozos de 1 pulgada cortados a medida	14
VII. Trozos de ½ pulgada cortados a medida	17
VIII. Trozos de ¼ de pulgada cortados a medida	22
IX. Molido.....	27
X. Licuado	32
XI. Líquidos	37
Referencias.....	39

Introducción

Muchas personas a las que asiste la OPWDD tienen problemas para masticar o tragar alimentos, lo que los coloca en un posible riesgo de ahogo o aspiración. Necesitan cambios de algún tipo en alimentos o líquidos para hacerlos más seguros y fáciles de ingerir. En este paquete se proporcionan definiciones y pautas que ayudarán en la preparación del alimento o líquido para consistencias de alimentación específicas. Al modificar la consistencia, es importante que el aspecto, el color, el sabor y el aroma de la comida sean lo más apetitosos posible. Es importante recordar que las consistencias de alimentación se prescriben por indicación de un médico.

Todos los alimentos deben prepararse y servirse de manera que conserven tanta humedad natural como sea posible. Así es en particular en el caso de las carnes. Si bien deben cocinarse a la temperatura necesaria, debería evitarse la sobrecoCCIÓN, que endurece y seca los alimentos, y los hace difícil de masticar y tragar de forma segura, y puede poner en riesgo a las personas. Si la carne parece seca después de cocida, se puede usar salsa, jugo de carne o condimento de bajo contenido graso para humedecerla.

Antes de comenzar la preparación de cualquier alimento, es importante recordar lavarse bien las manos. En entornos de establecimientos de atención intermedia (ICF, por sus siglas en inglés), por reglamentación del departamento de salud, se requiere el uso de guantes para evitar el contacto directo de las manos con alimentos que no se cocinarán a la temperatura necesaria o que ya se han cocido. Esta es una práctica recomendada en todas las situaciones ya sean residenciales o de programas. El uso de utensilios y guantes ayuda en gran medida a la prevención de toxoinfecciones alimentarias. Cabe mencionar que los desinfectantes de manos sólo deberían sustituir el lavado de manos apropiado cuando no estén disponibles el agua y el jabón, como por ejemplo, en salidas comunitarias y días de campo.

En la presentación en video que acompaña estas pautas, no se usan guantes, para que sea más fácil visualizar el proceso de modificación de la consistencia.

I. Palabras y Definiciones

- **Entero:** el alimento se sirve como se prepara normalmente; no hace falta realizar cambios en su preparación o consistencia.
- **Trozos de 1 pulgada cortados a medida:** el alimento se sirve como se prepara y el personal lo corta en trozos de 1 pulgada (aproximadamente el ancho de un tenedor).
- **Trozos de ½ pulgada cortados a medida:** el alimento se corta con un cuchillo o en una procesadora en trozos de ½ pulgada (aproximadamente el ancho de un cuchillo para untar).
- **Trozos de ¼ de pulgada cortados a medida :** el alimento se corta con un cuchillo o cortador de pizza, o en una procesadora, en trozos de ¼ de pulgada (aproximadamente el ancho de un lápiz n.º 2).
- **Molido:** el alimento **debe prepararse en una procesadora o equipo similar** hasta que esté HÚMEDO, COHESIVO Y DE UN TAMAÑO MENOR QUE UN GRANO DE ARROZ, o como una salsa con trocitos. La comida molida siempre debe estar húmeda. La carne molida se humedece con algún líquido, ya sea antes o después de su preparación en la procesadora, y SIEMPRE se sirve con un producto humectante como caldo, salsa, jugo de carne o condimento de bajo contenido graso adecuado. Las partículas molidas duras y secas son fáciles de inhalar y deben evitarse.
- **Licuada:** el alimento **debe prepararse en una procesadora o equipo similar.** Todos los alimentos se humedecen y procesan hasta que queden homogéneos y adquieran una consistencia tipo puré de manzana o pudín. Si se metiera una cuchara en el alimento, NO debería quedar erguida, sin embargo la consistencia no debería ser líquida. Cada alimento debe licuarse por separado, a menos que los alimentos se preparen en una mezcla como sopa, guisado, cazuela o ensalada.

NOTA: cualquier consistencia individual de alimentación puede ser una combinación de tipos de consistencias, como "trozos de ½ pulgada cortados a medida con carne molida".

II. Terminología de Consistencia Alimentaria de la OPWDD

Palabra	Cómo se prepara	Tamaño	Descripción	Ejemplos
Entero	Se prepara de acuerdo con la receta	De la forma que se prepara	Sin cambios	Pechuga de pollo cocida húmeda y tierna
Trozos de 1 pulgada cortados a medida	Cortado por el personal	Cortado en trozos de 1 pulgada	Trozos de alimento del ancho aproximado de un tenedor	Pechuga de pollo cocida húmeda y tierna cortada en trozos de 1 pulgada
Trozos de ½ pulgada cortados a medida	Cortado por el personal	Cortado en trozos de ½ pulgada	Trozos de alimento húmedo y tierno del ancho aproximado de un cuchillo de untar	Pechuga de pollo cocida húmeda y tierna cortada en trozos de ½ pulgada
Trozos de ¼ de pulgada cortados a medida	Cortado por el personal	Cortado en trozos de ¼ de pulgada	Trozos de alimento húmedo y tierno del ancho aproximado de un lápiz n.º 2	Pechuga de pollo cocida húmeda y tierna cortada en trozos de ¼ de pulgada
Molido	Se prepara en procesadora o equipo similar	Tipo salsa con trocitos. Menor tamaño que un grano de arroz	Húmedo, cohesivo, de tamaño menor que un grano de arroz; aspecto tipo salsa con trocitos, debe servirse con una salsa, jugo de carne o condimento de bajo contenido graso	Pollo molido húmedo y tierno servido con jugo de carne de bajo contenido graso
Licuada	Se prepara en procesadora o equipo similar	Sin grumos; el alimento no es pegajoso, pastoso ni líquido	Liso, húmedo, tipo pudín	Pollo cocido húmedo y tierno, con jugo de carne de bajo contenido graso procesado hasta que el producto quede homogéneo y sin grumos

III. Alimentos que Pueden Provocar Ahogos

Para algunas personas, los alimentos que se enumeran a continuación son difíciles de masticar y tragar. Podrían hacer que una persona se ahogue, tosa o inhale (aspire) el alimento o el líquido hacia sus pulmones. Si se sirven estos elementos, debe observarse de cerca a la persona que los ingiere. Recuerde seguir las pautas de modificación de la consistencia. (En esta lista se incluyen, entre otros, alimentos comunes de alto riesgo que pueden provocar ahogos o aspiración).

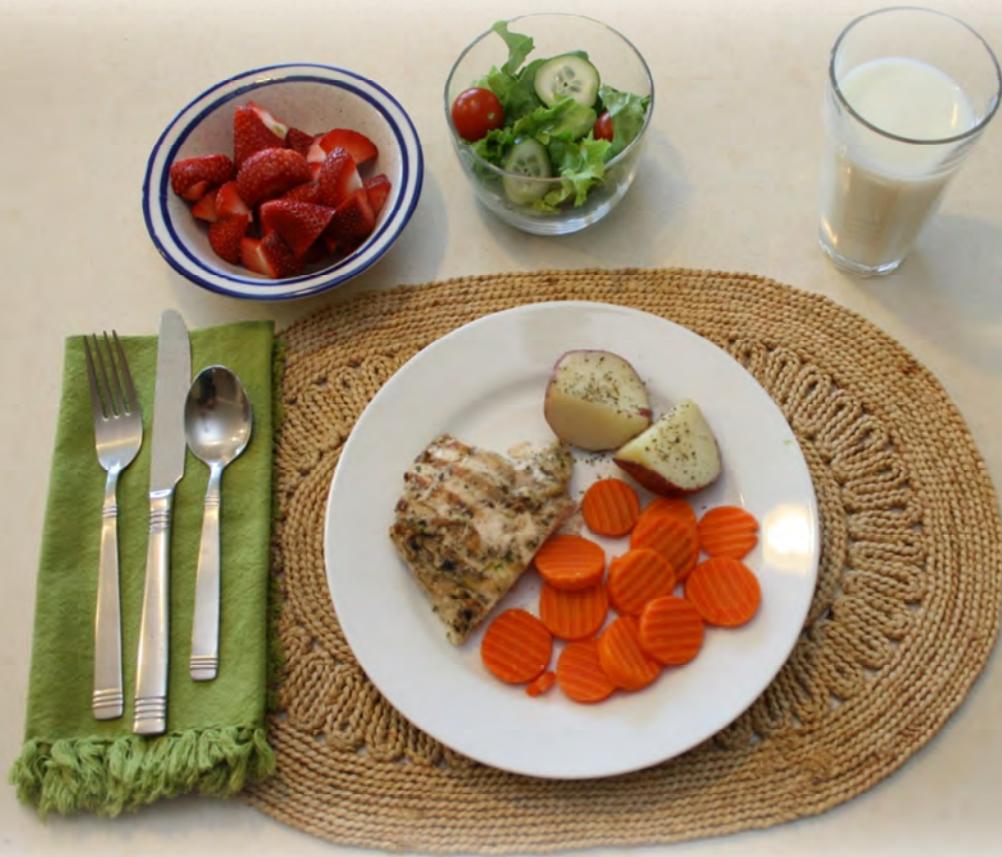
Albóndigas	Guisantes o frijoles deshidratados
Arroz sin condimento	Huevos duros enteros
Bocadillos tipo patatas fritas	Maíz
Cacahuates, frutas secas y semillas	Malvaviscos (incluidos dulces de malvaviscos, como los de marca Peeps™)
Carne seca	Mantequilla de cacahuete
Cereal seco	Palomitas de maíz
Coco	Pan
Cóctel de frutas	Panecillos o pasteles secos
Dulces de gelatina Jello Jigglers™	Pasas de uva
Dulces de goma	Perros calientes (consultar las pautas)
Dulces duros	Porciones y rebanadas de manzana
Dulces M&M™	Queso (en cubos, tiras o fundido)
Dulces Reese's Pieces	Rosquillas
Frijoles de lima	Salchichas (consultar las pautas)
Frijoles refritos	Segmentos de naranja o toronja frescos
Frutas deshidratadas	Tocino
Galletas (en particular, las de marcas Wheat Thins™, Triscuits™, Saltines™)	Tostones
Goma de mascar	Uvas
Granola	Verduras crudas
Guisantes	

IV. Pautas para Servir Perros Calientes y Salchichas

Estos elementos se sirven de acuerdo con las siguientes pautas:

- Comprar y servir perros calientes y salchichas sin piel es altamente recomendable.
- Todos los embutidos deben cortarse a lo largo, y luego modificarse a la consistencia que se mencione en la orden de dieta.
- Excepción: se evaluará en forma individual a las personas que soliciten un perro caliente o salchicha entero y sin rebanar, o con piel. La evaluación clínica y la orden de dieta reflejarán esta información.
- Debe haber una supervisión adecuada cuando se sirvan perros calientes o salchichas.

Dieta Entera



V. Consistencia de Alimentación Entera

DEFINICIÓN: los alimentos se presentan de la forma en que se sirven habitualmente. No se requieren cambios de consistencia. Por ejemplo, los sándwiches se sirven por lo general, cortados por la mitad.

QUIÉN NECESITA ESTA DIETA: las personas que reciben esta indicación no tienen dificultad para masticar ni tragar.

POR QUÉ SE INDICA ESTA DIETA: quienes la reciben no necesitan cambio de consistencia. Por lo general, pueden cortar su propia comida y comer a un ritmo apropiado.

CÓMO SE PREPARA: no se requieren instrucciones especiales. Prepare y sirva el alimento como de costumbre.

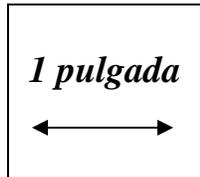
Pautas de Comidas de Dieta Entera		
CATEGORÍA DEL ALIMENTO	ALIMENTO PERMITIDO	ALIMENTO OMITIDO
Panes	Todos	Ninguno
Cereales	Todos	Ninguno
Pastas, patatas	Todos	Ninguna
Carnes, aves, pescados	Todo *Rebane las salchichas y los perros calientes a lo largo antes de servir	Ninguno
Cazuelas	Todos	Ninguno
Sándwiches	Todos	Ninguno
Sopas	Todos	Ninguno
Frutas	Todos	Ninguno
Verduras	Todos	Ninguno
Ensaladas de verduras frescas	Todos	Ninguno
Lácteos	Todos	Ninguno
Postres, dulces, bocadillos	Todos	Ninguno
Grasas, frutas secas, aceitunas, etc.	Todos	Ninguno

Trozos de 1 pulgada

cortados a medida



VI. Trozos de 1 pulgada cortados a medida



DEFINICIÓN: el alimento se sirve como se prepara y el personal lo corta en trozos de 1 pulgada (aproximadamente el ancho de un tenedor). Aunque pueden cortarse en trozos de 1 pulgada, no se pretende que las carnes, las verduras duras y las frutas duras se corten en cubos de ese tamaño. Deberían cortarse en rebanadas delgadas para

cubrir las necesidades de la persona a la que se le sirven. El personal debería cortar la carne lo más cerca del momento de consumo posible, para impedir que se seque.

QUIÉN NECESITA ESTA DIETA: las personas que reciben esta dieta necesitan ayuda para cortar sus alimentos pero no tienen problemas para masticar o tragar.

POR QUÉ SE INDICA ESTA DIETA: existen personas que pueden correr riesgo de ahogarse por no poder cortar sus propios alimentos. La consistencia de esta dieta también puede utilizarse para aminorar la velocidad con que se come y darle ritmo.

CÓMO SE PREPARA:

- **PAN:** úntelo con condimento según el menú. Corte el pan y las tostadas en trozos uniformes de 1 pulgada.
 - **PASTAS:** cocínelas en forma exhaustiva hasta que estén blandas. Agregue una pequeña cantidad de margarina, manteca, caldo o una salsa o jugo de carne de bajo contenido graso. Corte en trozos de 1 pulgada al servir.
 - **CARNES, PESCADOS, AVES:** cocínelos y retire huesos, cartílagos y piel. Córtelos en trozos de 1 pulgada. Si la carne no está tierna y húmeda, humedézcala con una salsa o jugo de carne de bajo contenido graso al servir, lo que permite que se la mastique y trague con más facilidad.
 - **SÁNDWICH:** córtelo en trozos uniformes de 1 pulgada. Los sándwiches no deben apilarse.
 - **ENSALADA DE VERDURAS FRESCAS:** corte cada verdura cruda en trozos de 1 pulgada. Sirvalas mezcladas con su aderezo preferido para ensaladas.
 - **FRUTAS FRESCAS:** córtelas en trozos de 1 pulgada. Evite las frutas duras y las formas redondas que podrían provocar ahogos.
- VERDURAS:** corte las verduras en trozos de 1 pulgada, incluidas las zanahorias rebanadas, las remolachas rebanadas y las judías verdes. Evite las verduras duras.

Pautas de Comidas en Trozos de 1 Pulgada Cortados a Medida

CATEGORÍA DEL ALIMENTO	ALIMENTO PERMITIDO (CUANDO SE LO CORTA EN TROZOS DE 1 PULGADA)	ALIMENTO OMITIDO (NO PUEDEN CORTARSE EN TROZOS DE 1 PULGADA COMO SE DESCRIBIÓ ANTERIORMENTE)
Panes	Bollos, bizcochos, panes, galletas, panecillos, panqueques, pizza, arrollados, tortillas para tacos blandas, gofres	Tortillas para taco duras
Cereales	Todos	Ninguno
Pastas, patatas, arroz	Todos	Ninguno
Carnes, pescados, aves	Todos, si están tiernos y húmedos. De lo contrario, sirva con una salsa o jugo de carne de bajo contenido graso para humedecerla. (*Consulte las Pautas para Servir Perros Calientes y Salchichas)	Carnes secas y duras
Cazuelas	Todos	Ninguno
Sándwiches	Todos, si se los corta en trozos de 1 pulgada	Ninguno
Sopas	Todos, cuando los ingredientes tienen un tamaño de 1 pulgada o menor	Ninguno
Frutas	Todos	Frutas duras a menos que se las rebane para cubrir necesidades individuales. Frutas con hueso como las cerezas.
Verduras	Todos	Verduras duras a menos que se las rebane para cubrir necesidades individuales.
Ensaladas de verduras frescas	Todos	Ninguno
Lácteos	Todos	Ninguno
Postres, dulces, bocadillos	Todos, excepto los que se enumeran	Dulces duros
Grasas, frutas secas, aceitunas, etc.	Todos, excepto los que se enumeran	Frutas secas enteras, aceitunas con hueso

Trozos de 1/2 pulgada

cortados a medida



VII. Trozos de ½ pulgada cortados a medida

½
pulgada

DEFINICIÓN: el alimento se sirve como se prepara y el personal lo corta en trozos de ½ pulgada (aproximadamente del ancho de un cuchillo para untar). El personal debería cortar la carne lo más cerca del momento de consumo posible, para impedir que se seque.

QUIÉN NECESITA ESTA DIETA: las personas que reciben esta dieta *no mastican en forma exhaustiva*.

POR QUÉ SE INDICA ESTA DIETA: las personas que la reciben corren el riesgo de ahogarse o aspirar alimentos.

CÓMO SE PREPARA:

- **PAN:** úntelo con condimento según el menú. Corte el pan y las tostadas en trozos uniformes de ½ pulgada. No deben apilarse los trozos de pan ni las tostadas.
- **PASTAS:** cocínelas en forma exhaustiva hasta que estén blandas. Agregue una pequeña cantidad de margarina, manteca, caldo o salsa, o jugo de carne de bajo contenido graso. Córtelas en trozos de ½ pulgada o hágalas puré al servir.
- **CARNES, PESCADOS, AVES:** cocínelos y retire huesos, cartílagos y piel. Córtelos en trozos de ½ pulgada. La carne debe estar húmeda y puede servirse con una salsa o jugo de carne de bajo contenido graso, lo que permite masticarla y tragarla con más facilidad.
- **SÁNDWICH:** debe tener un relleno molido y húmedo (por ejemplo, ensalada de atún o huevo), o puede armarse con carnes tipo fiambre en rebanadas finas, y debe cortarse en trozos uniformes de ½ pulgada. Cualquier verdura o condimento que se le agregue, deben picarse fino.
- **ENSALADA DE VERDURAS FRESCAS:** colóquelas en la procesadora o píquelas en trozos de ½ pulgada o más pequeños. Sírvelas mezcladas con su aderezo preferido para ensaladas.

- **FRUTAS FRESCAS:** córtelas en trozos de ½ pulgada. La fruta madura, sin huesos, piel ni semillas, debe cortarse en trozos de ½ pulgada. Para que esté fresca por más tiempo, tal vez lo más fácil sea colocarla en la procesadora hasta lograr la consistencia deseada. Evite las frutas duras.
- **VERDURAS:** córtelas en trozos de ½ pulgada. Evite las verduras duras.

El alimento se corta con un cuchillo o en una procesadora en trozos de ½ pulgada (aproximadamente el ancho de un cuchillo para untar).

Pautas de Comidas en Trozos de ½ Pulgada Cortados a Medida		
CATEGORÍA DEL ALIMENTO	ALIMENTO PERMITIDO (CUANDO SE LO CORTA EN TROZOS DE ½ PULGADA)	ALIMENTO OMITIDO (NO PUEDE MODIFICARSE COMO SE DESCRIBIÓ ANTERIORMENTE)
Panes	Galletas, panqueques, bizcochos blandos, panes blandos, bollos blandos, tortillas para tacos blandas, gofres	Bollos, tostones, panecillos, pan duro, galletas duras, tortillas para tacos duras, rosca tipo vienesa, bordes de pizza
Cereales	Todos, excepto los que no se ablandan en líquido	Cereales con frutas deshidratadas o secas, granola o barras duras de granola, cereal Grapenuts™, trigo triturado
Pastas, patatas, arroz	Todos bien cocidos	Patatas con cáscara
Carnes, pescados, aves	Todos, si están tiernos y húmedos. De lo contrario, sirva con una salsa o jugo de carne de bajo contenido graso para humedecerla. *Consulte las Pautas para Servir Perros Calientes y Salchichas	Carnes secas y duras Perros calientes y salchichas con su piel natural

Cazuelas	Incluyen carne tierna que se puede cortar con un tenedor en trozos de ½ pulgada. Todos los ingredientes no deben tener un tamaño de más de ½ pulgada.	Cazuelas con carnes duras
Sopas	Todos, con ingredientes cortados en trozos de ½ pulgada.	Ninguno
Sándwiches	Todos, cortados en trozos de ½ pulgada.	Las carnes que contengan los sándwiches deben ser tiernas y húmedas
Frutas	Frescas peladas, congeladas, en lata y deshidratadas que se han cocido	Frutas frescas crudas como manzanas con cáscara, frutas con membranas como toronjas, naranjas, uvas con semillas, frutas deshidratadas solas como pasas de uva y ciruelas pasas sin cocer, frutas duras, frutas con hueso (cerezas)
Verduras	Frescas cocidas, congeladas, en lata	Duras crudas como apio, pimientos verdes y zanahorias a menos que se las pique fino como parte de una pasta para untar sándwiches, o rellenar una patata, acompañar macarrones y ensaladas de pastas
Ensaladas de verduras frescas	Córtelas en trozos de ½ pulgada	La cáscara de los pepinos y los tomates, apio; ensalada de col con trozos duros o largos.

Lácteos	Todos	Ninguno
Postres, dulces, bocadillos	Postres blandos, galletas dulces, rosquillas, pasteles, tartas, minimalvaviscos	Dulces duros, galletas dulces duras, goma de mascar, dulces masticables, dulce tipo "goma", palomitas de maíz, pretzels, patatas fritas, chips de tortilla, cáscara de patata, coco, malvaviscos de tamaño normal
Grasas, frutas secas, aceitunas	Margarina, manteca, aceites, aderezos para ensalada, tocino crujiente o trocitos de tocino, aceitunas en rebanadas, frutas secas molidas como ingrediente	Alimentos duros y secos, frutas secas sueltas, aceitunas enteras, pepinillos enteros

Trozos de 1/4 de pulgada

cortados a medida



VIII. Trozos de $\frac{1}{4}$ de pulgada cortados a medida



$\frac{1}{4}$ de pulgada

DEFINICIÓN: el alimento se sirve como se prepara y el personal lo corta en trozos de $\frac{1}{4}$ de pulgada (aproximadamente del ancho de un lápiz n.º 2). Puede usarse una procesadora para lograr esta consistencia. El personal debería cortar la carne lo más cerca del momento de consumo posible, para impedir que se seque.

QUIÉN NECESITA ESTA DIETA: las personas que reciben esta indicación tienen dificultad para masticar y tragar alimentos en trozos de $\frac{1}{2}$ pulgada.

POR QUÉ SE INDICA ESTA DIETA: quienes reciben esta dieta no mastican en forma exhaustiva y pueden correr riesgo de ahogo o aspiración.

CÓMO SE PREPARA:

- **PAN:** úntelo con condimento según el menú. Corte el pan y las tostadas en trozos uniformes de $\frac{1}{4}$ pulgada.
- **PASTAS:** cocínelas en forma exhaustiva hasta que estén blandas. Agregue una pequeña cantidad de margarina, manteca, caldo, o salsa o jugo de carne de bajo contenido graso. Corte en trozos de $\frac{1}{4}$ de pulgada al servir.
- **CARNES, PESCADOS, AVES:** cocínelos y retire huesos, cartílagos y piel. Córtelas en trozos de $\frac{1}{4}$ de pulgada. La carne debe estar húmeda y tierna, y puede servirse con una salsa o jugo de carne de bajo contenido graso, lo que permite masticarla y tragarla con más facilidad.
- **SÁNDWICH:** debe tener un relleno húmedo (por ejemplo, ensalada de atún o huevo), o puede armarse con carnes tipo fiambre en rebanadas finas, y debe cortarse en trozos uniformes de $\frac{1}{4}$ de pulgada. Pueden agregarse cebolla picada fina o salsa de pepinillos. No debe incluir lechuga ni tomate en un sándwich.
- **ENSALADA DE VERDURAS FRESCAS:** pueden colocarse en la procesadora y molerse en trozos grandes de $\frac{1}{4}$ de pulgada o menos. Sírvalas mezcladas con su aderezo preferido para ensaladas.

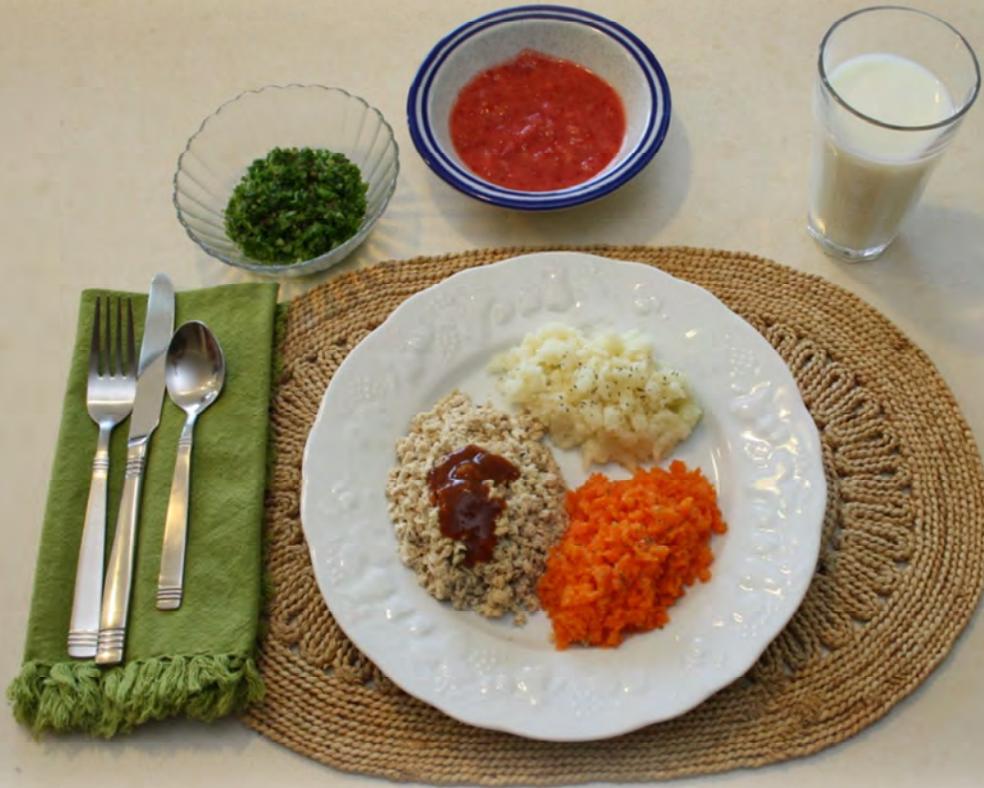
- **FRUTAS FRESCAS:** córtelas en trozos de $\frac{1}{4}$ de pulgada. La fruta madura, sin huesos, cáscara ni semillas, debe cortarse en trozos de $\frac{1}{4}$ de pulgada. Para que esté fresca por más tiempo, tal vez lo más fácil sea quitarle la cáscara y colocarla en la procesadora hasta lograr la consistencia deseada. Evite las frutas duras.
- **VERDURAS:** Evite las verduras duras. Córtelas en trozos de $\frac{1}{4}$ de pulgada.

Pautas de Comidas en Trozos de $\frac{1}{4}$ de Pulgada Cortados a Medida		
CATEGORÍA DEL ALIMENTO	ALIMENTO PERMITIDO (CUANDO SE LO CORTA EN TROZOS DE $\frac{1}{4}$ PULGADA)	ALIMENTO OMITIDO (NO PUEDE MODIFICARSE COMO SE DESCRIBIÓ ANTERIORMENTE)
Panes	Galletas, panqueques, bizcochos blandos, panes blandos, bollos blandos, tortillas para tacos blandas, gofres	Bollos, tostones, panecillos, pan duro, galletas duras, tortillas para tacos duras, rosca tipo vienesa, bordes de pizza
Cereales	Cereales calientes: todos los cereales secos molidos o triturados, luego ablandados con líquido	Todos los cereales con frutas deshidratadas o secas, granola o barras de granola, cereal Grapenuts™, trigo triturado
Pastas, patatas, arroz	Todos bien cocidos	Patatas con cáscara
Carnes, pescados, aves	Todos tiernos, húmedos y servidos con salsa o jugo de carne de bajo contenido graso *Consulte las Pautas para Servir Perros Calientes y Salchichas	Carnes secas y duras perros calientes y salchichas con su piel natural

Legumbres (frijoles colorados, de ojo negro, cannellini, todas las variedades de blancos, negros, pinto, garbanzos o chícharos, lentejas, arvejas partidas, lima, habas, habichuelas, porotos pallar, calicó, italianos, judías mungo, porotos de soja)	Todos cocidos, excepto los garbanzos, a menos que estén molidos o sean parte de un puré de garbanzos o hummus	Los garbanzos o chícharos, por su dureza
Cazuelas	Con ingredientes tiernos cortados en trozos de ¼ de pulgada	Con ingredientes duros o correosos
Sándwiches	Todos, cortados en trozos de ¼ de pulgada	Carnes secas y duras, queso frío en rebanadas
Sopas	Todos, cuando los ingredientes tienen un tamaño de ¼ de pulgada o menor	Evite trozos duros
Frutas	Frescas sin cáscara, congeladas, en lata y hervidas	Frutas duras, frutas frescas crudas como manzanas con cáscara, frutas con membranas como pomelo, naranjas, uvas con semillas, frutas deshidratadas solas como pasas de uva y ciruelas pasas sin cocer, frutas con hueso (cerezas)
Verduras	Frescas cocidas, congeladas, en lata	Duras crudas como apio, pimientos verdes y zanahorias, a menos que se las pique fino como parte de una pasta para untar sándwiches o rellenar una patata, acompañar macarrones y ensaladas de pastas

Ensaladas de verduras frescas	Cortadas en trozos de ¼ de pulgada	La cáscara de los pepinos y los tomates, apio; ensalada de col con trozos duros o largos.
Lácteos	Todos	Queso frío en rebanadas, queso en tiras
Postres, dulces, bocadillos	postres blandos, galletas dulces, rosquillas, pasteles, tartas	Dulces duros, galletas dulces duras, goma de mascar, dulces masticables, dulces tipo "goma", palomitas de maíz, pretzels, patatas fritas, chips de tortilla, cáscara de patata, coco, malvaviscos
Grasas, frutas secas, aceitunas	Margarina, manteca, aceites, aderezos para ensalada, tocino crujiente, aceitunas en rebanadas, frutas secas molidas o trocitos de tocino como ingrediente	Alimentos duros y secos, frutas secas sueltas, aceitunas enteras, pepinillos enteros

Molido



IX. Molido

DEFINICIÓN: el alimento debe prepararse en una procesadora hasta que esté **HÚMEDO, COHESIVO Y DE UN TAMAÑO MENOR QUE UN GRANO DE ARROZ** (o como una salsa con trocitos como la de pepinillos). La comida molida **siempre debe** estar húmeda. La carne y las cazuelas se muelen en la procesadora. Puede agregarse líquido después de pasar los alimentos por la procesadora. **SIEMPRE** sirva con una salsa o jugo de carne de bajo contenido graso. **No son aceptables las partículas secas de alimento: pueden ser peligrosas ya que son fáciles de inhalar.** Por ejemplo, el arroz cocido debe molerse en la procesadora, humedecerse y servirse con una salsa. Las migajas de pan **deben** humedecerse y **nunca** servirse secas.

QUIÉN NECESITA ESTA DIETA: quienes reciben esta dieta no mastican en forma exhaustiva y pueden tener dificultad para tragar.

POR QUÉ SE INDICA ESTA DIETA: proporciona una consistencia húmeda y cohesiva que no requiere masticación funcional y es fácil de tragar.

CÓMO SE PREPARA:

NOTA: en una dieta molida, mida las porciones **antes** de procesar.

- **PAN Y CEREALES:** sin frutas secas, semillas ni frutas deshidratadas. Unte el pan con condimento según el menú. Procese el pan en la procesadora con un líquido apropiado. Los panes blandos sin corteza, algunas galletas y algunos productos blandos de panadería pueden humedecerse con un líquido apropiado y permitir que absorban **TODO** el líquido para cumplir con la definición anterior antes de servir. Por ejemplo, puede usar leche para humedecer tostadas sin corteza, galletas maría, galletas Graham, galletas dulces delgadas sin relleno, y pastel en rebanadas sin frutas secas, pasas de uva ni chispas de chocolate. El cereal seco se muele en una procesadora o se tritura en una bolsa plástica hasta lograr trozos de menor tamaño. El cereal **DEBE** humedecerse con leche y **permitirle absorber** la leche antes de servirlo.
- **PASTAS Y ARROZ:** cocínelos en forma exhaustiva hasta que estén blandos. En la mayoría de los platos de pastas y arroz, si agrega una pequeña cantidad de aceite impedirá que se vuelvan muy pastosos. Procese hasta que queden tipo salsa con trocitos del tamaño aproximado de un grano de arroz. **No procese de más** porque

el arroz y las pastas se volverán pastosos y difíciles de tragar. Antes de servir, **siempre** agregue salsa o jugo de carne extra.

- **CARNES, PESCADOS, AVES:** cocínelos y retire huesos, cartílagos y piel. **Muela** con caldo u otro líquido, o muela primero y luego mezcle con el líquido. Todas las carnes, pescados y aves **DEBEN** humedecerse y servirse con una salsa o jugo de carne de bajo contenido graso, condimento u otro líquido compatible que permitan tragar con facilidad.
- **SÁNDWICH:** los ingredientes se pasan por la procesadora con un líquido apropiado hasta obtener una consistencia similar a la salsa de pepinillos.
- **ENSALADA DE VERDURAS FRESCAS:** los ingredientes se procesan brevemente hasta que queden molidos. Para lograr la consistencia apropiada, puede ser necesario agregar un espesante comercial debido al alto contenido de agua de la mayoría de las verduras.
- **FRUTAS FRESCAS:** retire la cáscara, los huesos, centros y semillas. Colóquelas en la procesadora y procese hasta lograr consistencia tipo salsa de pepinillos. La fruta debe estar húmeda y sostenerse como un pudín de tapioca. Puede agregar los siguientes ingredientes: espesante de alimentos comercial o polvo para preparar pudín instantáneo.

No deben utilizarse frutas frescas como piñas, naranjas, pomelos, ciruelas ni uvas en una dieta molida. Son demasiado fibrosas y tienen membranas o cáscaras correosas. Utilice una fruta diferente o un jugo de fruta.

- **VERDURAS:** prepárelas y cocínelas. Escúrralas bien, colóquelas en la procesadora y procéselas hasta el tamaño de granos de arroz y consistencia tipo salsa de pepinillos.

Pautas de Comida Molida

Pautas de Comida Molida		
CATEGORÍA DEL ALIMENTO	ALIMENTO PERMITIDO (PROCESADO A TROZOS TAMAÑO GRANO DE ARROZ Y CONSISTENCIA DE SALSA DE PEPINILLOS)	ALIMENTO OMITIDO (NO PUEDE MODIFICARSE COMO SE DESCRIBIÓ ANTERIORMENTE)

Panes	Galletas ablandadas con líquido, panqueques, pizza molida con salsa extra, bizcochos blandos, panes blandos, bollos blandos, tortillas para tacos blandas, gofres	Bollos; pan con frutas secas, frutas o semillas; tostones; panecillos; pan duro; tortillas para tacos duras; rollos duros o con corteza; pizza que no esté molida
Cereales	Todos, excepto los que no se ablandan en líquido	Todos los cereales con frutas deshidratadas o secas, granola, cereal Grapenuts™, trigo triturado
Pastas, patatas, arroz	Todos bien cocidos y húmedos; agregue salsa o jugo de carne extra	Patatas con cáscara, arroz salvaje
Carnes, aves, pescados	TODOS DEBEN HUMEDECERSE CON CALDO O LÍQUIDO DESPUÉS DE MOLERSE, Y DEBEN SERVIRSE CON UNA SALSA O JUGO DE CARNE DE BAJO CONTENIDO GRASO, CONDIMENTO U OTRO LÍQUIDO COMPATIBLE	Carnes, aves y pescado sin salsas ni jugos; perros calientes y salchichas con su piel natural
Cazuelas	TODOS LOS INGREDIENTES DEBEN HUMEDECERSE CON UN CALDO O LÍQUIDO COMPATIBLE DESPUÉS DE MOLERLOS Y SERVIRSE HÚMEDOS	Cazuelas sin alteración por definición
Sándwiches	molidos y SIEMPRE humedecidos con el condimento apropiado o un líquido compatible	Queso frío en rebanadas, mantequilla de cacahuete
Sopas	Todas las sopas deben estar trituradas excepto las transparentes y las sopas crema sin trozos	Ninguno
Frutas	Frescas blandas sin cáscara, congeladas, en lata, ciruelas pasas cocidas y pasas de uva cocidas	Frescas crudas con cáscara, semillas y membranas como piñas, naranjas, pomelos, ciruelas y uvas
Verduras	Frescas cocidas, congeladas, en lata	Apio, zanahorias y pimientos crudos. Pepinos y tomates con cáscara. Cebolla cruda, a menos que esté molida fina

		como parte de una pasta para untar sándwiches, relleno de patata, con macarrones o en ensalada de pastas
Ensaladas de verduras frescas	Trozos molidos hasta el tamaño de granos de arroz con consistencia de salsa de pepinillos	Igual que lo anterior
Lácteos	Todos; queso como ingrediente	Queso frío en rebanadas, queso en tiras
Postres, dulces, bocadillos	Postres blandos, galletas dulces, rosquillas, pasteles, tartas, etc., humedecidos con líquido	Dulces duros, goma de mascar, dulces masticables, dulces tipo "goma", palomitas de maíz, patatas fritas, chips de tortilla, pretzels, cáscara de patatas, coco, dulces de gelatina Jello Jigglers™, malvaviscos, dulces con malvaviscos, bolitas de queso, dulces de caramelo, M&M's™, Reese's Pieces™
Grasas, frutas secas, aceitunas, etc.	Margarina, mantequilla, aceites, aderezo para ensaladas, tocino molido como ingrediente, aceitunas molidas y salsa de pepinillos Mantequilla de cacahuete como ingrediente en pasteles y galletas dulces	Frutas secas, trocitos de tocino, mantequilla de cacahuete en sándwiches o cuando no esté mezclada en alimentos

Licuadao



X. Licuado

DEFINICIÓN: todos los alimentos se humedecen y procesan hasta que queden homogéneos (sin grumos) y adquieran una consistencia tipo puré de manzana o pudín.

El alimento debe prepararse de manera que:

- quede completamente homogéneo;
- no tenga grumos;
- no esté pastoso, pegajoso ni gomoso;
- no esté líquido;
- cada alimento se sirva por separado, a menos que los alimentos se preparen en una mezcla como sopa, guisado, cazuela o ensalada.

QUIÉN NECESITA ESTA DIETA: las personas que reciben esta indicación tienen dificultad para masticar y tragar.

POR QUÉ SE INDICA ESTA DIETA: proporciona una consistencia homogénea y húmeda que es fácil de tragar y requiere pocas habilidades motoras orales.

CÓMO SE PREPARA:

NOTA: en una dieta licuada, mida las porciones **antes** de procesar.

- **PANES Y CEREALES:** sin frutas secas, semillas ni frutas deshidratadas. Unte el pan con condimento según el menú. Procese el pan en la procesadora con un líquido apropiado. Los panes blandos sin corteza, algunas galletas y algunos productos blandos de panadería pueden humedecerse con un líquido apropiado y permitir que absorban TODO el líquido para cumplir con la definición anterior antes de servir. Por ejemplo, puede usar leche para humedecer tostadas sin corteza, galletas maría, galletas Graham, galletas dulces delgadas sin relleno, y pastel en rebanadas sin frutas secas, pasas de uva ni chispas de chocolate. La avena y los cereales fríos (sin frutas secas, bayas ni pasas de uva) deben licuarse y servirse húmedos.
- **PASTAS Y ARROZ:** cocínelos en forma exhaustiva hasta que estén blandos. En la mayoría de los platos de pastas y arroz, si agrega una pequeña cantidad de aceite impedirá que se vuelvan muy pastosos. Procéselos hasta que queden homogéneos (sin grumos). Use una cantidad adecuada de líquido para que



queden homogéneos y húmedos. Antes de servir, **siempre** agregue salsa o jugo de carne extra.

- **CARNES, PESCADOS, AVES:** cocínelos y retire huesos, cartílagos y piel. **Licue** con caldo u otro líquido. Todas las carnes, pescados y aves **DEBEN** humedecerse y servirse con una salsa o jugo de carne de bajo contenido graso que permitan tragar con facilidad.
- **SÁNDWICH:** los ingredientes se procesan con un líquido apropiado.
- **ENSALADA DE VERDURAS FRESCAS:** todos los ingredientes se procesan con un líquido y un espesante comercial para obtener una consistencia segura y mantener el sabor deseado.
- **FRUTAS FRESCAS:** retire la cáscara, los huesos, centros y semillas. Colóquelas en la procesadora y procese hasta lograr una consistencia tipo puré de manzana. La fruta debe estar húmeda y sostenerse como un pudín de tapioca. Puede agregar los siguientes ingredientes: espesante de alimentos comercial por cada porción de ½ taza, o polvo para preparar pudín instantáneo.

Nota: no deben utilizarse frutas frescas como piñas, naranjas, pomelos, ciruelas ni uvas en una dieta licuada. Son demasiado fibrosas y tienen membranas o cáscaras correosas. Utilice una fruta diferente o un jugo de fruta.

- **VERDURAS:** prepárelas y cocínelas. Escúrralas bien, colóquelas en la procesadora y procéelas hasta lograr una consistencia tipo puré de manzana. Si se utiliza patata hervida o asada, retire la cáscara antes de procesar.

Pautas de Comida Licuada		
CATEGORÍA DEL ALIMENTO	ALIMENTO PERMITIDO (PROCESADO HASTA LOGRAR CONSISTENCIA DE PURÉ DE MANZANA, HOMOGÉNEA Y SIN GRUMOS)	ALIMENTO OMITIDO (NO PUEDE MODIFICARSE A UNA CONSISTENCIA LICUADA)

Panes	Galletas ablandadas con líquido, panqueques, pizza licuada con salsa extra, bizcochos blandos, panes blandos, bollos blandos, tortillas para tacos blandas, gofres	Bollos; pan con frutas secas, frutas o semillas; tostones; panecillos; pan duro; rollos duros o con corteza; tortillas para tacos duras
Cereales	Cereales licuados que incluyan avena licuada; no hace falta licuar la sémola, la crema de arroz ni el cereal tostado Wheatena™	Todos los cereales con frutas deshidratadas o secas, granola, cereal Grapenuts™, trigo triturado
Pastas, patatas, arroz	Todos bien cocidos; agregue salsa o jugo de carne extra	Patata con cáscara, arroz salvaje
Carnes, aves, pescados	TODOS DEBEN HUMEDECERSE CON CALDO O UN LÍQUIDO MIENTRAS SE LICUAN: SÍRVALOS CON SALSA O JUGO DE CARNE DE BAJO CONTENIDO GRASO O UN CONDIMENTO HOMOGÉNEO	Carnes, pescados, aves sin salsas ni jugos de carne Perros calientes y salchichas con su piel natural
Cazuelas	Todos deben humedecerse con caldo o un líquido mientras se licuan: sírvalos con salsa o jugo de carne de bajo contenido graso o un condimento homogéneo	Cazuelas que no pueden alterarse por definición
Sándwiches	Licuados y SIEMPRE humedecidos con un condimento o líquido apropiado	Queso frío en rebanadas, mantequilla de cacahuate
Sopas	Todas deben procesarse hasta que tengan consistencia de sopa crema homogénea. Para espesar, puede agregar galletas desmenuzadas o migajas de pan cuando licue	Sopas con trozos de alimentos que no pueden modificarse para lograr una consistencia licuada Tostones
Frutas	Frescas blandas sin piel, congeladas, en lata. Se permiten ciruelas pasas y pasas de uva cocidas	Frescas crudas con cáscara, semillas y membranas como piñas, naranjas, pomelos, ciruelas, manzanas y uvas
Verduras	Frescas cocidas, congeladas, en lata	Apio, zanahorias y pimientos crudos. Pepinos y tomates con cáscara

Ensaladas de verduras frescas	Procéelas hasta que queden homogéneas y sin grumos Agregue espesante comercial según sea necesario	Igual que lo anterior
Lácteos	Todos; queso como ingrediente	Queso frío en rebanadas, queso en tiras
Postres, dulces, bocadillos	Postres blandos, galletas dulces, rosquillas, pasteles, tartas, gelatina batida Jello™ Helado homogéneo	Dulces duros, goma de mascar, dulces masticables, dulces tipo "goma", palomitas de maíz, patatas fritas, chips de tortilla, pretzels, cáscara de patata, coco, dulces de gelatina Jello Jigglers™, malvaviscos, dulces con malvaviscos, bolitas de queso, dulces de caramelo, M&M's™, Reese's Pieces™ Helado con trozos
Grasas, frutas secas, aceitunas, etc.	Margarina, mantequilla, aceite, aderezos para ensalada; mantequilla de cacahuate como ingrediente en pasteles y galletas dulces; tocino como ingrediente de cazuelas	Frutas secas, tocino, mantequilla de cacahuate en sándwiches o cuando no se mezcla en alimentos

Líquidos



XI. Líquidos

DEFINICIONES:

Líquidos aguados: líquidos o bebidas que se sirven sin cambios.

Líquidos espesados: se indican a personas específicas.

- **Líquidos con espesor de néctar:** espesados ligeramente.
 - Prueba del tenedor: el líquido baña el tenedor y se hunde entre los dientes con rapidez.
 - Prueba de la cuchara: el líquido deja en la cuchara una delgada "cinta" o "huella" cuando se vierte o se lo remueve, similar al almíbar espeso de la fruta en lata, o al jarabe de arce.

- **Líquidos con espesor de miel:** mayor espesor que el néctar, más cercano a la miel.
 - Prueba del tenedor: el líquido baña el tenedor y fluye entre los dientes con lentitud.
 - Prueba de la cuchara: el líquido fluye lentamente de la cuchara pero se puede verter; similar a una malteada.

- **Líquidos con espesor de pudín:** los más espesos. No se vierten, sino que caen de la cuchara.
 - Prueba del tenedor: el líquido permanece sobre el tenedor.
 - Prueba de la cuchara: el líquido no se vierte de la cuchara. La cuchara permanece erguida en el producto y se necesita una cuchara para comerlo.

QUIÉN NECESITA ESTA DIETA: los líquidos espesados se recetan a algunas personas con problemas para tragar.

POR QUÉ SE INDICA ESTA DIETA: los espesantes hacen más lento el fluir de los líquidos y eso los hace más fácil de tragar.

CÓMO SE PREPARA:

- reúna los equipos necesarios para la preparación:
 1. tazas medidoras;
 2. cucharas medidoras;
 3. agente espesante comercial;

4. bebida a espesar;
 5. taza para beber;
 6. tenedor y cuchara.
- Siga las recomendaciones **EXACTAS** del fabricante para la medición tanto del espesante comercial como del líquido.
 - Siga las recomendaciones de tiempo de espera para que actúe el espesante.
 - **NO UTILICE MÁS ESPESANTE QUE EL NECESARIO** para evitar el exceso de calorías y espesar de más.

Nota: Gelatina o "Jello™":

- en su forma simple, se reduce a un líquido aguado en la boca y no es apropiada para personas que requieren cualquier tipo de líquidos espesados.
- La gelatina debe batirse con crema o una fruta licuada para adquirir la consistencia apropiada para servir.

Helados, sorbetes, malteadas y batidos de frutas:

- pueden tanto cumplir con la descripción proporcionada anteriormente de líquidos tipo néctar, o pueden necesitar espesarse para lograr esa consistencia u otra deseada. Recuerde que estos productos se derretirán a temperatura ambiente, es posible que esto los haga inseguros al perder la consistencia requerida.

Referencias

- ADA. "Position of the ADA: Providing Nutrition Services for Infants, Children and Adults with Developmental Disabilities and Special Health Care Needs." *Journal of the American Dietetic Association* (2004). Impreso.
- Arizona. Arizona Department of Economic Security. Division of Developmental Disabilities. *Clinical Practice Guideline: Dysphagia and Assessing Risk of Aspiration and Choking*. Por Bob Klaehn, MD. Comp. Sandra Verheijde, BSN, MBA. Impreso.
- Arizona. Department of Economic Security. Division of Developmental Disabilities. *Prevention of Choking and Aspiration E-Learning Course*. Impreso.
- Behavioral Health Nutrition Dietetic Practice Groups of American Dietetic Association. "Dysphagia and Mealtime Issues." *The Adult with Intellectual and Developmental Disabilities: A Resource Tool for Nutrition Professionals*. 2008 ed. 146-58. Impreso.
- Connecticut. Department of Developmental Services. *Food Consistencies*. Impreso.
- "Dysphagia." *Wikipedia*. Wikimedia Foundation, 4 de enero de 2012. Web. 29 de noviembre de 2011. <<http://en.wikipedia.org/wiki/Dysphagia>>.
- "National Dysphagia Diet." *Nutrition Care Manual*. American Dietetics Association. Web. 11 de noviembre de 2011. <<http://nutritioncaremanual.org>>.
- New York State. Office for People With Developmental Disabilities. Hudson Valley Developmental Disabilities Service Office. *Food Consistencies. A Guide For Preparing Foods And Liquids To Meet Individual Needs*. Por Lucille Fariselli, SLP, Athena Hagerty, RD, Helen Schaible-McArdle, SLP y Elen Levine, RD. 2001. Impreso.
- New York State. OPWDD. Central New York DDSO. *Introduction to Dysphagia and Dining Skills*. Impreso.
- New York State. OPWDD. Central New York DDSO. *Modified Consistency Guidelines*. Impreso.
- New York State. OPWDD. Finger Lakes DDSO. *FLDDSO Food Consistency Guidelines*. 2010. Impreso.
- New York State. OPWDD. Long Island DDSO. *Food Consistency*. Impreso.

Ohio. Department of Developmental Disabilities. Office of MUI/Registry Unit. *Choking*. 2011. Impreso.

"Roles of Speech-Language Pathologists in Swallowing and Feeding Disorders: Technical Report." *American Speech-Language-Hearing Association*. American Speech-Language Hearing Association. Web. 11 de noviembre de 2011.
<<http://www.asha.org/docs/html/TR2001-00150.html>>.

Sections 2 & 4 Texture Modification of House Diet And Hydration. Diet Manual Department of Developmental Services State of California Health and Human Services Agency. State of California Department of Developmental Services, 2010. Web.

State of Connecticut Department of Mental Retardation. Health and Clinical Services. *Guidelines for Identification and Management of Dysphagia and Swallowing Risks*. Por David Carlow. Web. 29 de noviembre de 2011.
<http://www.ct.gov/dds/lib/dds/health/health_standards_07-1_dysphagia.pdf>.