

# Comer de manera segura: Cómo ayudan los patólogos del habla y el lenguaje a los pacientes de COVID-19 con los problemas para tragar

Los patólogos del habla y el lenguaje (también conocidos en español como logopedas, fonoaudiólogos, terapeutas del habla o foniatras) pueden ayudar a los pacientes con COVID-19 que tienen dificultades a corto y a largo plazo para comer y beber de manera segura. **He aquí en qué consiste la labor de estos profesionales:**



- **Evalúan la función de la deglución.** Los patólogos del habla y el lenguaje usan diferentes tipos de pruebas para determinar qué sucede cuando la persona traga y cómo funcionan los músculos relacionados. Esto ayuda al equipo médico del paciente, que incluye el patólogo del habla y el lenguaje, a decidir junto con el paciente y su familia el mejor curso de acción.
- **Recomiendan dietas modificadas.** El patólogo del habla y el lenguaje puede recomendar alimentos y bebidas con texturas modificadas para los pacientes; adherirse a una dieta modificada hace que sea más fácil y seguro tragar.
- **Ayudan a tomar decisiones sobre la alimentación por sonda/asistida.** En casos graves, es posible que a algunas personas les sea imposible comer o beber sin peligro y necesiten una sonda para la alimentación a fin de obtener la nutrición e hidratación necesarias. Esto suele ser temporal y ocurre en una etapa crítica del proceso de recuperación. El patólogo del habla y el lenguaje es parte del equipo que ayuda a decidir si esta es la mejor opción para el paciente. La deshidratación y la malnutrición pueden amenazar la recuperación de la persona.
- **Enseñan estrategias para comer y beber de manera segura.** El patólogo del habla y el lenguaje enseña estrategias para tragar de manera más segura. Esto puede incluir ajustar la posición en que está sentada la persona, el ritmo al que la persona mastica/traga, el tamaño de los alimentos y otras estrategias para reducir el riesgo de ahogarse o aspirar. La *aspiración* sucede cuando el alimento o el líquido entra en los pulmones.
- **Enseñan ejercicios de terapia.** El patólogo del habla y el lenguaje enseña ejercicios para fortalecer los labios, la lengua y los músculos de la boca y la garganta a fin de permitir comer y beber de forma más segura.
- **Educación a las familias.** El patólogo del habla y el lenguaje instruye a las familias sobre la manera en que pueden ayudar a sus seres queridos a encarar un trastorno de deglución. Esto incluye desde mantener un diario de alimentación hasta preparar los alimentos de cierta manera.

Para obtener más información y encontrar un patólogo del habla y el lenguaje, visite [www.asha.org/espanol](http://www.asha.org/espanol).

