



## STICKS DE POLLO CON ZANAHORIA Y BRÓCOLI



### Beneficios de la dieta texturizada en colegios para niños con parálisis cerebral y disfagia

10-12-2021

**En los últimos años se han puesto de relieve los beneficios más que probados de introducir una dieta adaptada y texturizada en las residencias para nuestros mayores con problemas de deglución, pero estas técnicas también pueden ayudar a mejorar la alimentación a cualquier edad. A continuación os comentamos un proyecto dirigido a niños con parálisis cerebral, llevado a cabo en tres de los colegios de Aspace Bizkaia.**

Aunque generalmente asociamos más las dificultades para la masticación y deglución con personas de edad adulta, es verdad que hay más colectivos que presentan problemas en la ingesta de los alimentos y las bebidas, incluso en edad infantil. ¿Y también para ellos puede ser beneficiosa la introducción de alimentación tradicional con textura modificada? Por supuesto.

Tras nueve años de experiencia en Catalunya y más de 150 proyectos en residencias de mayores, el equipo de Agar Asesoría Alimentaria ha desarrollado este año su primer proyecto en Euskadi de la mano de Aspace Bizkaia, en tres de los colegios que la Asociación de Parálisis Cerebral tiene en la provincia.

#### Las fases del proyecto

Para sentar bien las bases de la alimentación de los alumnos, se han reformulado los menús ofrecidos siguiendo las pautas del Departamento de Salud del Gobierno Vasco en la Guía de recomendaciones para la alimentación saludable en edad escolar, con referencia también de otras guías y estudios sobre nutrición para niños y niñas con necesidades especiales y enfermedad neurológica.

Partiendo de esta pauta basal, se han identificado todas las necesidades de adaptación para los alumnos, tanto en cantidad (según grado de actividad) como en contenido: según textura requerida, según pauta calórica, según necesidades dietéticas y según alergias o preferencias.

#### Formación, implicación y equipamiento, pilares fundamentales

Como parte fundamental del proyecto, se ha formado en técnicas de texturización al personal de las cocinas, pero también y sobre todo al equipo docente: logopedas, fisios, pedagogos y terapeutas, cuya implicación e interacción con la cocina es crucial para el éxito de la nueva pauta.

Con un compromiso firme de la asociación, conscientes de la importancia que tiene la alimentación en la atención a sus alumnos, se ha dotado a las cocinas de lo necesario para mejorar el proceso, hornos de convección, blixter y nueva vajilla, con tapa y apilable, que permite además de mantener mejor la temperatura de los platos, que sea fácilmente etiquetable para identificar la pauta y dieta que contiene.

### ¿Qué beneficios hemos visto en los niños y niñas?

Actualmente, al tener los alimentos texturizados por separado, podemos identificar más fácilmente los alimentos que no gustan al alumno y por los que antes rechazaba el plato entero. También podemos conseguir que prueben alimentos nuevos que antes no comían, como algunas frutas que por su contenido en agua eran muy difíciles de triturar de forma consistente.

Mejorando la textura y adaptándola a lo que el alumno necesita, nos aseguramos que la comida realizada en el colegio cubre sus necesidades nutricionales.

Con los nuevos menús, además, se asegura el aporte de fibra necesario para mejorar el estreñimiento que en muchos casos afecta a estos niños con menos actividad y con un aporte de líquidos en ocasiones más limitado.

Los objetivos básicos de toda alimentación, que esta sea segura, adaptada, suficiente y saludable, parece tener aún más sentido para un colectivo como los niños con parálisis cerebral. Con este proyecto, hemos pretendido además que sea también atractiva y que puedan distinguir los alimentos que más les gustan, y DISFRUTAR (con mayúsculas) del momento de la comida, como una parte más de su experiencia en el colegio.

### Noticias Relacionadas

- Newsletter especial: 'Día Mundial de la Disfgia'
- En marcha un innovador programa para evitar la desnutrición en niños con parálisis cerebral
- Indeed, el proyecto europeo cuyo objetivo es mejorar el conocimiento de la disfgia
- La disfgia, más presente que nunca como una de las secuelas graves de la Covid-19



**Silvia Mayor** es experta en Cocina y Gestión de Restauración / **Xavier Beltrán** es dietista colegiado y post-grado en Restauración Colectiva. Ambos dirigen **Agar Asesoría Alimentaria**, un equipo formado por dietistas, profesionales de la cocina y la gestión, especializados en formación y desarrollo de proyectos para colectividades e industria alimentaria. Son Agentes Digitalizadores autorizados de Kit Digital. @: agar@agar.cat.