



**Office for People With  
Developmental Disabilities**



## **Iniciativa de prevención de asfixia de la OPWDD**

**Manual de Capacitación del IPC Parte II:  
Directrices de preparación para la  
consistencia de alimentos y líquidos  
Revisado en 2023**

# Agradecimientos

Las Directrices de Consistencia de los Alimentos de la OPWDD del estado de Nueva York fueron desarrolladas por un comité estatal para la Iniciativa de Prevención de Asfixia. Este comité interdisciplinario estatal estuvo compuesto por logopedas, terapeutas ocupacionales, dietistas y enfermeros que contribuyeron con su conocimiento único en combinación con años de experiencia práctica al proceso de desarrollo. El enfoque del equipo interdisciplinario fue un catalizador muy eficaz para diseñar directrices que serían prácticas y bien utilizadas en el campo y cumplirían las necesidades de las personas a las que brindamos atención.

Nos gustaría reconocer especialmente la contribución del equipo de médicos de la DDSO de Finger Lakes por su ayuda en la redacción de las Directrices de Consistencia de los Alimentos.

Una presentación en video de capacitación titulada “Preparación de la Consistencia de Alimentos y Líquidos” es una pieza complementaria desarrollada para ilustrar la preparación recomendada de las consistencias de alimentos y líquidos a las que se hace referencia en las Directrices de Consistencia de los Alimentos. Puede encontrar esta presentación en video en el sitio web de la OPWDD en la sección de capacitación. Apreciamos y reconocemos a los dietistas de la DDSO del centro de NY, a los patólogos del habla y el lenguaje y a los terapeutas ocupacionales que desempeñaron un papel decisivo en el desarrollo y la demostración de esta producción de video.

Finalmente, nos gustaría reconocer y agradecer al personal de la Oficina Central de la OPWDD por su revisión, edición y aplicación de los toques finales a todos los materiales de capacitación, herramientas y otros recursos para nuestra Iniciativa de Prevención de Asfixia.

*Esta información se usará como guía para las consistencias alimentarias estandarizadas de la OPWDD. Las evaluaciones individualizadas realizadas por el médico adecuado son esenciales para desarrollar el plan de atención adecuado para cada persona para cumplir sus necesidades específicas y brindar una atención óptima.*

Jennifer Freeman RD, CDN  
Directora de Servicios de Nutrición

Susan Prendergast RN, BS  
Directora de Servicios de Enfermería y Salud

# Índice

Introducción.....	4
I.    Términos y definiciones .....	5
II.   Terminología de consistencia alimentaria de la OPWDD .....	6
III.  Alimentos de alto riesgo que pueden causar asfixia.....	7
IV.  Dieta entera .....	9
V.    Trozos de 1” cortados a medida.....	10
VI.  Trozos de ½” cortados a medida... ..	14
VII.  Trozos de ¼” cortados a medida... ..	18
VIII. Molida .....	22
IX.  Puré.....	28
X.    Líquido .....	33
XI.  Líquidos.....	38
XII.  Recetas de sándwiches de mantequilla de maní y jalea.....	40
Referencias.....	42

# Introducción

Muchas personas atendidas por la OPWDD tienen problemas para masticar o tragar alimentos, lo que los pone en posible riesgo de asfixia o aspiración. Estas personas necesitan cambiar los alimentos o los líquidos de alguna manera para que les resulte más seguro y más fácil comer. Este manual proporciona definiciones y directrices que ayudarán en la preparación segura de alimentos o líquidos para consistencias dietéticas específicas. A la hora de modificar la consistencia de los alimentos, es importante que la apariencia, color, sabor y aroma sean lo más apetecibles posible.

**Es importante recordar que la consistencia de la dieta se prescribe por orden del médico y se debe seguir en consecuencia.**

Todos los alimentos se deben preparar y servir de manera que mantengan la mayor cantidad posible de humedad natural. Esto es especialmente cierto en el caso de las carnes. Aunque estas se deben cocinar a la temperatura requerida, se debe evitar cocinarlas demasiado, ya que esto da como resultado un producto duro y seco que es difícil de masticar y tragar de manera segura y puede poner a las personas en riesgo. Si una carne parece estar seca después de cocinarla, use caldo, salsa baja en grasa, gravy o condimento para humedecer.

Antes de comenzar cualquier preparación de alimentos, es importante recordar lavarse bien las manos. Las reglamentaciones del departamento de salud exigen guantes en entornos ICF, lo que evita el contacto de las manos desnudas con alimentos que no se cocinarán a la temperatura requerida o que ya han sido cocinados. Esta también es una mejor práctica recomendada que se fomenta en todos los entornos residenciales y de programas. El uso de utensilios y guantes ayuda enormemente en la prevención de enfermedades transmitidas por alimentos. Tenga en cuenta que los desinfectantes para manos solo deben sustituir el lavado de manos adecuado cuando no haya agua y jabón disponibles, como en salidas comunitarias y picnics.

En la presentación en video que acompaña a estas directrices, no se usan guantes para facilitar la visualización del proceso de modificación de la consistencia. Las pieles que quedan en las verduras en el video son para facilitar la visualización y es posible que no representen la precisión de la consistencia indicada, por eso, siga los detalles específicos de estas directrices.

La OPWDD del estado de Nueva York revisó tanto la Dieta Nacional para la Disfagia (NDD) como la Iniciativa Internacional de Estandarización de la Dieta para la Disfagia (IDDSI) durante la creación y revisión de las Directrices del IPC. Actualmente, la OPWDD está optando por no adoptar esas directrices. Esta decisión se basa en la falta de descripciones de consistencia claras y específicas, la ausencia de recursos de capacitación y la incapacidad de exigir al personal que "pruebe" las consistencias de los líquidos dentro de un entorno residencial comunitario. Si la OPWDD adoptara estas directrices, significaría volver al uso de un lenguaje que a menudo se considera subjetivo y que es contraproducente para la intención de las Directrices de la CPI. Las Directrices de la CPI de la OPWDD reemplazan tanto al NDD como al IDDSI. El personal debe usar la terminología de consistencia de los alimentos de la OPWDD para coordinar con los hospitales y los patólogos del habla y el lenguaje para determinar la consistencia de los alimentos adecuada para las personas cuando regresan a las áreas de servicio.

Tenga en cuenta que hay ejemplos de marcas específicas en ciertas áreas de estas directrices; sin embargo, se puede comprar el equivalente genérico en lugar de la marca.

# I. Términos y definiciones

- **Entera:** La comida se sirve como se prepara normalmente; no se necesitan cambios en la preparación ni en la consistencia.
- **Trozos de 1” cortados a medida:** La comida se sirve como está preparada y se corta en trozos de 1 pulgada (aproximadamente del ancho de un tenedor). El personal debe cortar la comida en el tamaño adecuado a menos que un médico haya evaluado a la persona y haya determinado que es capaz de cortar su propia comida.
- **Trozos de 1/2” cortados a medida:** La comida se corta con un cuchillo o se pica en un procesador de alimentos en trozos de ½ pulgada (aproximadamente del ancho de un cuchillo de mantequilla). El personal debe cortar la comida en el tamaño adecuado a menos que un médico haya evaluado a la persona y haya determinado que es capaz de cortar su propia comida.
- **Trozos de 1/4” cortados a medida:** El personal corta la comida con un cuchillo o cortador de pizza o la coloca en un procesador de alimentos y la corta en trozos de ¼ de pulgada (aproximadamente del ancho de un lápiz n.º 2).
- **Molida: Los alimentos se deben preparar usando un procesador de alimentos o equipo comparable** hasta que estén HÚMEDOS, COHESIVOS Y SIMILARES A CONDIMENTOS. La comida molida siempre debe estar húmeda. La carne molida se humedece con un líquido antes o después de ser preparada en el procesador de alimentos y SIEMPRE se sirve con un humectante como caldo, salsa baja en grasa, gravy o condimento adecuado según la dieta terapéutica de la persona. Las partículas de tierra duras y secas son fáciles de inhalar y deben evitarse.
- **Puré:** Los alimentos **deben prepararse usando un procesador de alimentos o equipo comparable**. Todos los alimentos se humedecen y procesan hasta que queden blandos, logrando una consistencia similar a la de un puré de manzana o de un pudín. Una cuchara NO DEBE permanecer sobre la comida, pero la consistencia no debe ser líquida. Cada alimento se debe hacer puré por separado, a menos que se preparen en una mezcla, como sopa, cazuela, guiso o ensalada.
- **Licuada:** Todos los alimentos se humedecen y procesan hasta que queden blandos (sin grumos) hasta obtener una consistencia de néctar o miel. Es como una dieta en puré, pero tiene una consistencia ligeramente más líquida. Es blanda en todas partes, no tiene grumos y no es pastosa, pegajosa ni gomosa. Cada alimento se sirve por separado, a menos que se preparen en una mezcla, como sopa, cazuela, guiso o ensalada. A los alimentos se les deberá agregar más líquidos para lograr la consistencia de los líquidos con espeso de néctar o miel. Los líquidos pueden incluir, entre otros, caldo, leche, agua de las verduras cocidas y gravy. Aunque los alimentos son líquidos, puede que necesiten un espesante para lograr la consistencia correcta.
- **Blando:** Para fines de definición, blando es cuando un alimento independiente se puede cortar con el costado de un tenedor con poco esfuerzo. Las órdenes de dieta no deben incluir el término blando en términos generales de un grupo de alimentos completo.
- **Duro:** alimento independiente que no se puede cortar con el costado de un tenedor, como las zanahorias crudas.

**NOTA:** La consistencia de la dieta de cualquier persona puede ser una combinación de tipos de consistencia de los alimentos usando la terminología estandarizada de arriba, como trozos de ½” cortados a medida y carne molida. Otro ejemplo son los trozos de 1” cortados a medida. Excepción: puede tener plátanos, barras de frutas y papas fritas en toda su consistencia.

## II. Terminología de consistencia alimentaria de la OPWDD

Término	Cómo prepararlo	Tamaño	Descripción	Ejemplos
Entero	Preparado como se sirve habitualmente	Como se prepara	No se requieren cambios de consistencia	Pechuga de pollo cocida, tierna y húmeda
Trozos de 1" cortados a medida	Cortado por el personal*	Cortar en trozos finos de 1"	Trozos de comida de aproximadamente el ancho de un tenedor y cortados finos	Pechuga de pollo cocida, tierna y húmeda, cortada en trozos de 1"
Trozos de ½" cortados a medida	Cortado por el personal*	Cortado en trozos de ½"	Trozos de comida tiernos y húmedos de aproximadamente el ancho de un cuchillo de mantequilla	Pollo cocido, tierno y húmedo, cortado en trozos de ½"
Trozos de ¼" cortados a medida	Cortado por personal o procesado	Cortado en trozos de ¼"	Trozos de comida tiernos y húmedos de aproximadamente el ancho de un lápiz n.º 2	Pollo cocido, tierno y húmedo, cortado en trozos de ¼"
Molida	Preparado con un procesador de alimentos o equipo comparable	Tipo condimento	Húmedo y cohesivo, como un condimento, se debe servir con una salsa, salsa o condimento bajo en grasa	Pollo molido tierno y húmedo servido con salsa baja en grasa o gravy
Puré	Preparado con un procesador de alimentos o equipo comparable	Sin grumos, la comida no queda pegajosa, pastosa ni líquida	Blando y húmedo como pudín	Pollo cocido, tierno y húmedo con salsa baja en grasa, procesado para obtener un producto blando y sin grumos
Licuada	Preparado con un procesador de alimentos o equipo comparable	Sin grumos, la comida no queda pegajosa	Blando	Con consistencia como de puré, pero con un espesor de miel o néctar

\*Una persona puede cortar su propia comida al tamaño adecuado si un médico la ha evaluado y determinado que es capaz de cortarla sola.

### III. Alimentos de alto riesgo que pueden causar asfixia

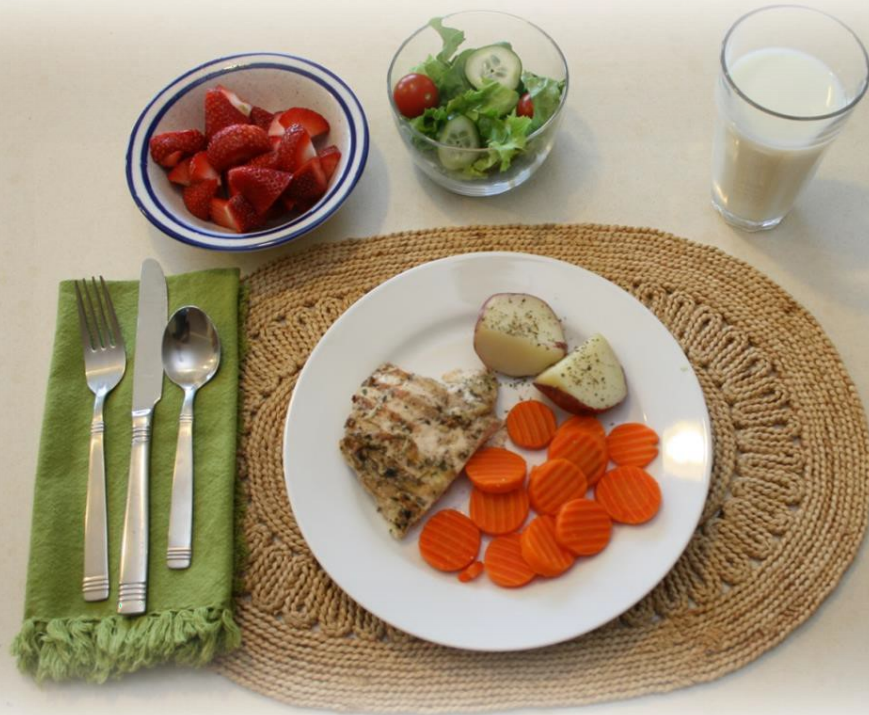
Los alimentos que se mencionan abajo son difíciles de masticar y tragar para algunas personas. Estos podrían causar que una persona se ahogue, tosa o inhale alimentos o líquidos hacia sus pulmones (aspire). Recuerde seguir las directrices de modificación de consistencia. (Esta lista incluye, entre otros, alimentos frecuentes de alto riesgo que pueden causar asfixia o aspiración).

Trozos y rodajas de manzana	Caramelos duros
Tocino	Hot dogs
Pan	Jello Jigglers™
Queso (en cubos, en tiras o derretido)	Habas
Chicle	Malvaviscos (incluidos todos los dulces de malvavisco como Peeps™)
Coco	M&M's™
Maíz	Albóndigas
Galletas saladas (especialmente Wheat Thins™, Triscuits™, Saltines™)	Mantequilla de maní/nueces/semillas
Crutones	Cacahuets y otros frutos secos y semillas
Donas	Guisantes
Frutas secas	Arroz blanco
Guisantes o frijoles secos	Palomitas
Cereal seco	Pasas
Carne seca	Vegetales crudos
Muffins secos o bizcochos	Frijoles refritos
Gajos de naranjas y pomelos frescos	Reese's Pieces
Cóctel de frutas	Patatas fritas
Granola	Huevos duros enteros
Uvas	
Caramelos de goma	

**Recuerde que CUALQUIER alimento o líquido puede provocar asfixia.**

# Dieta entera

---





## IV. Dieta entera

**DEFINICIÓN:** La comida se presenta como se sirve habitualmente. No se requieren cambios de consistencia. Por ejemplo, los sándwiches normalmente se sirven cortados por la mitad.

**QUIÉN NECESITA ESTA DIETA:** Las personas que hacen esta dieta no tienen dificultad para masticar o tragar.

**POR QUÉ SE RECETA ESTA DIETA:** Las personas que hacen esta dieta no necesitan un cambio de consistencia. Por lo general, pueden cortar su comida y mantener un ritmo adecuado.

**CÓMO PREPARARLA:** No se requieren instrucciones especiales. Prepare y sirva la comida como de costumbre. Puede pedir ayuda a una persona para cortar alimentos cuando sea necesario.

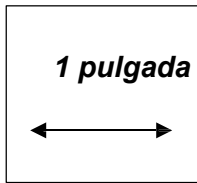
Directrices para las comidas de la dieta entera		
CATEGORÍA DE ALIMENTOS	ALIMENTOS PERMITIDOS	ALIMENTOS OMITIDOS
Panes	Todos	Ninguno
Cereales	Todos	Ninguno
Pastas, patatas	Todos	Ninguno
Carne, aves, pescado, huevos	Todos. <b>Se recomienda cortar los hot dogs, kielbasa y salchichas a lo largo antes de servirlos</b>	Ninguno
Legumbres (Frijoles: rojos, ojo negro, cannellini, azul marino/gran norteco/blanco, negro, pinto, garbanzo, lentejas, guisantes partidos, lima, haba/fava, mantequilla, calicó, italiano, mungo, soja)	<b>Todo cocido</b>	Ninguno
Cazuelas	Todas	Ninguna
Sándwiches	Todos	Ninguno
Sopas	Todas	Ninguna
Frutas	Todas	Ninguna
Vegetales	Todos	Ninguno
Ensaladas de verduras frescas	Todas	Ninguna
Lácteos	Todos	Ninguno
Postres, dulces, snacks	Todos	Ninguno
Grasas, frutos secos, aceitunas, etc.	Todos	Ninguno

# Trozos de 1" cortados a medida

---



## V. Trozos de 1" cortados a medida



**DEFINICIÓN:** La comida se sirve como está preparada y se corta en trozos de 1" (aproximadamente del ancho de un tenedor). Aunque las carnes, vegetales duros y frutas duras se pueden cortar en trozos de 1", no deben cortarse en cubos de esa medida. Deben cortarse en **rodajas finas** para cumplir las necesidades de la persona a la que se sirve. Las carnes deben cortarse lo más cerca posible del momento de su consumo para evitar que se sequen. El personal debe cortar la comida en el tamaño adecuado a menos que un médico haya evaluado a la persona y haya determinado que es capaz de cortar su comida de manera independiente.

**QUIÉN NECESITA ESTA DIETA:** Las personas que hacen esta dieta pueden tener o no problemas para masticar o tragar.

**POR QUÉ SE RECETA ESTA DIETA:** Las personas pueden correr riesgo de asfixia debido a que no pueden cortar su propia comida, pueden tener problemas mínimos para masticar/tragar u otros comportamientos a la hora de comer (aumento del ritmo de alimentación, tamaño de bocado grande, etc.), lo que aumenta el riesgo de asfixia/aspiración. Esta consistencia de la dieta también se puede usar para disminuir la porción de la alimentación junto con el ritmo como una opción entre otras.

### CÓMO PREPARARLA:

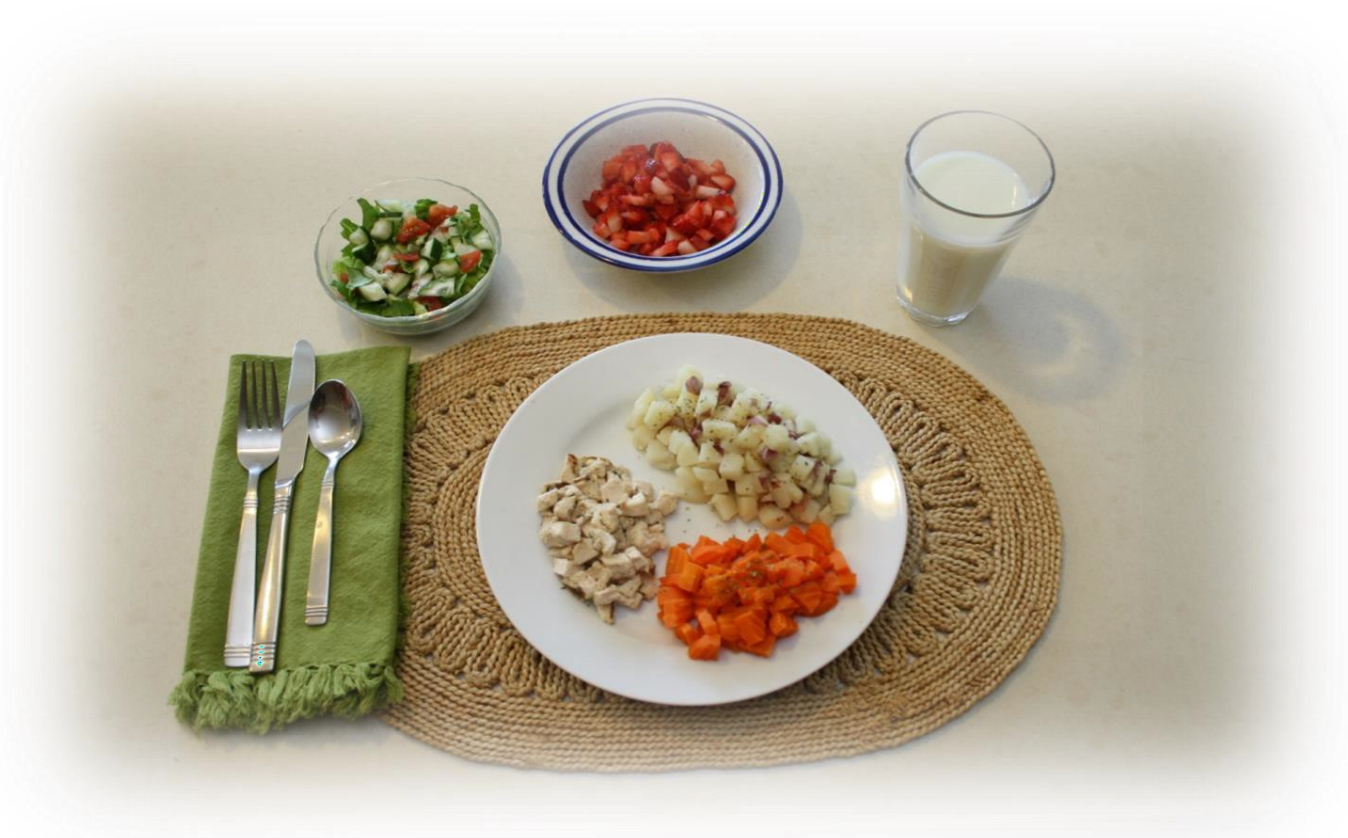
- **PAN:** Unte el pan con condimento según el menú o un condimento a elección de la persona. Corte el pan y las tostadas en trozos uniformes de 1".
- **PASTA:** Cocine bien la pasta hasta que esté suave. Agregue una pequeña cantidad de margarina, mantequilla, caldo o una salsa baja en grasa o gravy. Córtele en trozos de 1 pulgada al servir.
- **CARNE, PESCADO, AVES, HUEVOS:** Cocine y retire el hueso, el cartílago y la piel. Corte en trozos de 1", asegurándose de EVITAR los cubos de 1". Si la carne no está tierna ni húmeda, humidézcala con una salsa baja en grasa o gravy al servir, lo que permitirá masticarla y tragarla con mayor facilidad.
- **SÁNDWICH:** Corte en trozos uniformes de 1". No apile los sándwiches. Se permite el sándwich de mantequilla de maní (mantequilla de nueces/semillas) y jalea usando una de las 2 recetas proporcionadas en estas directrices.
- **ENSALADA DE VEGETALES FRESCOS:** Corte cada trozo de vegetal crudo en trozos de 1". Sirva mezclado con el aderezo para ensalada que elija.
- **FRUTA FRESCA:** Corte la fruta en trozos de 1". Quite los carozos de las frutas que lo tengan, como los melocotones, las ciruelas y las cerezas. Corte las uvas por la mitad para evitar su forma redonda.
- **VEGETALES:** Corte Los vegetales en trozos de 1".

## Directrices para comidas en trozos de 1” cortados a medida

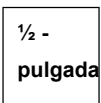
CATEGORÍA DE ALIMENTOS	ALIMENTOS PERMITIDOS (CUANDO SE CORTAN EN TROZOS DE 1”)	ALIMENTOS OMITIDOS (ALIMENTOS QUE NO SE PUEDEN CORTAR EN TROZOS DE 1” COMO SE DESCRIBE ARRIBA)
Panes	Bagels, bizcochos, panes, galletas saladas, muffins ingleses, panqueques, pizza, panecillos, tacos blandos, waffles, tacos duros cortados en trozos de 1”.	Tacos duros enteros
Cereales	Todos	Ninguno
Pastas, patatas, arroz	Todos	Ninguno
Carne, pescado, aves, huevos	Todo, si está tierno y húmedo. De lo contrario, sívalo con salsa baja en grasa o gravy para humedecer. <b>Los Hot dogs, salchichas y kielbasa deben cortarse a lo largo antes de cortarlos al tamaño adecuado</b>	Carnes duras y secas
Legumbres (Frijoles: rojos, ojo negro, cannellini, azul marino/gran norteco/blanco, negro, pinto, garbanzo/garbanzos, lentejas, guisantes partidos, lima, haba/fava, mantequilla, calicó, italiano, mungo, soja)	<b>Todo cocido</b>	Ninguno
Cazuelas	Todos	Ninguno
Sándwiches	Todo cortado en trozos de 1”. Sándwich de mantequilla de maní (nueces/semillas) o con mermelada, solo según la receta proporcionada.	Ninguno
Sopas	Todas con los ingredientes en trozos de 1” o más chicos.	Ninguno
Frutas	Todas incluyendo las que se les han quitado los carosos	Frutas sin quitar el carozo
Vegetales	Todos	Ninguno
Ensaladas de verduras frescas	Todas	Ninguna
Lácteos	Todos	Ninguno
Postres, dulces, snacks	Todos excepto los mencionados	Caramelos duros
Grasas, frutos secos, aceitunas, etc.	Todos excepto los mencionados	Nueces enteras, aceitunas con carozo

# Trozos de 1/2" cortados a medida

---



## VI. Trozos de ½” cortados a medida



**DEFINICIÓN:** La comida se sirve como está preparada y se corta en trozos de ½” (aproximadamente del ancho de un cuchillo de mantequilla). Las carnes deben cortarse lo más cerca posible del momento de su consumo para evitar que se sequen. El personal debe cortar la comida en el tamaño adecuado a menos que un médico haya evaluado a la persona y haya determinado que es capaz de cortar su propia comida de manera independiente.

**QUIÉN NECESITA ESTA DIETA:** Las personas que hacen esta dieta no mastican bien.

**POR QUÉ SE RECETA ESTA DIETA:** Las personas que hacen esta dieta corren riesgo de asfixia/aspiración.

### CÓMO PREPARARLA:

- **PAN:** Unte el pan con un condimento según el menú o a elección de la persona. Corte el pan y las tostadas en trozos uniformes de ½”. No debe apilar trozos de pan ni tostadas. La corteza de la mayoría del pan comercial está bien. A la pizza se le debe quitar la corteza exterior; corteza de fondo blando y coberturas cortadas en trozos de ½”, omitiendo los ingredientes no permitidos en la dieta de trozos de ½” cortados a medida.
- **PASTA:** Cocine bien la pasta hasta que esté suave. Agregue una pequeña cantidad de margarina, mantequilla, caldo, salsa o gravy bajo en grasa. Córdela en trozos de ½” al servir. Las formas de pasta que miden menos de ½” de tamaño cocidas incluyen: Acini di Pepe, Ditalini, Orzo y Pastina.
- **CARNE, PESCADO, AVES, HUEVOS:** Cocine y retire el hueso, el cartílago y la piel. Corte en trozos de ½”. La carne debe estar húmeda y se puede servir con una salsa baja en grasa, lo que permite masticala y tragarla con mayor facilidad.
- **SÁNDWICH:** Un sándwich debe tener un relleno molido húmedo (por ejemplo, ensalada de atún o huevo), o estar hecho con carnes frías en rodajas finas y cortado en trozos uniformes de ½”. Cualquier vegetal/condimento agregado al sándwich debe estar en trozos de ½”. Se pueden hacer sándwiches de mantequilla de maní (nueces/semillas) y mermelada de acuerdo con la receta proporcionada en las directrices. Los sándwiches se deben servir con la tapa abierta si los trozos miden más de ½” cuando se apilan.
- **ENSALADA DE VERDURAS FRESCAS:** Colóquela en un procesador de alimentos o córtelo en trozos de ½” o menos. Sirva mezclado con el aderezo para ensalada que elija.
- **FRUTA FRESCA:** Corte la fruta en trozos de ½”. Debe cortar las frutas frescas maduras sin carozo, piel ni semillas en trozos de ½”. Para frutas frescas con una consistencia crujiente como manzanas, peras y piñas frescas, puede ser más fácil colocarlas en el procesador de alimentos para alcanzar la consistencia deseada. Evite las frutas que no se pueden ablandar.
- **VEGETALES:** Corte los vegetales en trozos de ½”.

## Directrices para comidas en trozos de ½” cortados a medida

CATEGORÍA DE ALIMENTOS	ALIMENTOS PERMITIDOS (CUANDO SE CORTAN EN TROZOS DE ½ PULGADA)	ALIMENTOS OMITIDOS (QUE NO PUEDEN MODIFICARSE COMO SE DESCRIBIÓ ARRIBA)
Panes	Crackers, galletas baby goldfish, galletas saladas, panqueques, bizcochos blandos, panes blandos, panecillos blandos, tacos blandos, tortillas blandas, waffles, sándwiches finos y masa de pizza de fondo blando. Teddy Grahams solo si se ablandan en leche.	Bagels, picatostes, muffins ingleses, pan duro, triscuits, tacos duros, panecillos Kaiser, base exterior de pizza.
Cereales	Todos, excepto los que no se ablandan en líquidos.	Cereales con frutas secas (incluidas pasas) o nueces, granola o barras de granola dura, Grapenuts™, trigo triturado.
Pastas, patatas, arroz	Todas las pastas, patatas, quinua, cuscús y arroz bien cocidos.	Patata con piel
Carne, pescado, aves, huevos	Todo, si está tierno y húmedo. De lo contrario, sívalo con salsa o gravy bajo en grasa para humedecer. Pepperoni cortado en rodajas solo como aderezo de pizza. <b>Los Hot Dogs, las salchichas y la kielbasa sin piel deben cortarse a lo largo antes de cortarlos al tamaño adecuado.</b>	Carnes duras y secas hot dogs, kielbasa y salchichas con tripa natural Carne seca, Slim Jim, palitos de carne, pepperoni con tripa o “cortado a mano” de tronco de pepperoni.
Legumbres (Frijoles: rojos, ojo negro, cannellini, azul marino/gran norteño/blanco, negro, pinto, garbanzo, lentejas, guisantes partidos, lima, haba/fava, mantequilla, calicó, italiano, mungo, soja)	Todo cocido	Ninguno
Cazuelas	Las cazuelas incluyen carne tierna que se pueda cortar con un tenedor en trozos de ½ pulgada. Ningún ingrediente debe tener trozos mayores a ½ pulgada.	Cazuelas con carnes duras.
Sopas	Todas con ingredientes que sean trozos de ½ pulgada.	Ninguna

## Directrices para comidas en trozos de ½” cortados a medida (continuación)

CATEGORÍA DE ALIMENTOS	ALIMENTOS PERMITIDOS (CUANDO SE CORTAN EN TROZOS DE ½ PULGADA)	ALIMENTOS OMITIDOS (QUE NO PUEDEN MODIFICARSE COMO SE DESCRIBIÓ ARRIBA)
Sándwiches	Todo cortado en trozos de ½”. Los sándwiches de mantequilla de maní (nueces/semillas) y jalea se preparan únicamente según la receta proporcionada según las directrices.	Las carnes que están en los sándwiches deben estar tiernas y húmedas.
Frutas	Plátanos frescos pelados, fresas, kiwi, melón tierno, mango Bayas, melocotones, mangos, cerezas (sin carozo) congeladas, que estén descongeladas. Peras enlatadas, melocotones, mandarinas, piña triturada, puré de manzana. Frutos secos guisados hasta que estén tiernos.	Frutas que no figuran en la sección permitida, incluyendo uvas, frutas secas simples como pasas y ciruelas pasas que no estén guisadas, frutas con carozo (cerezas).
Vegetales	Vegetales frescos, congelados y enlatados cocidos hasta que estén tiernos.	Vegetales crudos (a menos que sean enlatados frescos), como apio, pimientos, cebollas y zanahorias, a menos que estén finamente picados como parte de un sándwich o en ensaladas de papa, macarrones y pasta. Coliflor cruda, brócoli, guisantes dulces, guisantes tirabeques.
Ensaladas de vegetales frescos	Lechuga, espinacas, tomates, pepinos sin piel cortados en trozos de ½”.	Piel de pepinos y apio; ensalada de col con trozos duros o largos.
Lácteos	Queso rebanado cortado en trozos de ½”.	Barra de queso, cubitos de queso.
Postres, dulces, snacks	Postres blandos, galletas, donas, pasteles, tartas, Hershey Bar, York Peppermint Pattie, Tazas de mantequilla de maní de Reese, papas fritas y bollos de queso.	Caramelos duros, galletas duras, chicle, caramelos gomosos o masticables, palomitas de maíz, pretzels, chips de tortilla, patatas fritas cocidas en hervidor de agua, chips de maíz, cáscaras de patatas, coco, malvaviscos, crema de malvaviscos (ej. Fluff), barras de granola, carne seca, Slim Jim/palillo de carne.
Grasas, frutos secos, aceitunas	Margarina, mantequilla, aceites, aderezos para ensaladas, tocino desmenuzado o trocitos de tocino, aceitunas en rodajas, nueces molidas como ingrediente.	Nueces sueltas, aceitunas enteras, pepinillos enteros, mantequilla de maní u otra mantequilla de nueces/semillas, a menos que se preparen de acuerdo con la receta proporcionada en las directrices.



# Trozos de ¼” cortados a medida

---



## VII. Trozos de ¼” cortados a medida

¼  
pulgada

**DEFINICIÓN:** La comida se sirve como está preparada y se corta en trozos de ¼” (aproximadamente del ancho de un lápiz n.º 2). Se puede usar un procesador de alimentos para lograr esta consistencia. Las carnes deben cortarse, por el personal, lo más cerca posible del momento de su consumo para evitar que se sequen.

**QUIÉN NECESITA ESTA DIETA:** Las personas que hacen esta dieta tienen dificultad para masticar y tragar los alimentos en trozos de ½”.

**POR QUÉ SE RECETA ESTA DIETA:** Las personas que hacen esta dieta no mastican bien y pueden correr riesgo de asfixia o aspiración.

### CÓMO PREPARARLA:

- **PAN:** Retire la corteza y unte el pan con un condimento según el menú o a elección de la persona. Corte el pan o las tostadas en trozos uniformes de ¼”.
- **PASTA:** Cocine bien la pasta hasta que esté blanda. Agregue una pequeña cantidad de margarina, mantequilla, caldo o una salsa baja en grasa o gravy.
- **CARNE, PESCADO, AVES, HUEVOS:** Cocine y retire el hueso, el cartílago y la piel. Corte en trozos de ¼ de pulgada. La carne debe estar húmeda y tierna y servirse con una salsa baja en grasa, lo que permite masticarla y tragarla con mayor facilidad.
- **SÁNDWICH:** Un sándwich debe tener un relleno húmedo (por ejemplo, ensalada de atún o huevo) o estar hecho con carnes frías en rodajas finas sin piel, se debe quitar la corteza y cortar en trozos uniformes de ¼ de pulgada. Puede agregar cebolla finamente picada o condimentos. No debe servir lechuga o tomate en sándwich. Debe servir el sándwich con la tapa abierta.
- **ENSALADA DE VEGETALES FRESCOS:** Colóquelos en un procesador de alimentos y muele en trozos de ¼” o menos. Sirva mezclado con el aderezo para ensalada que elija.
- **FRUTA FRESCA:** Debe cortar las frutas frescas maduras sin carozo, piel ni semillas en trozos de ¼ de pulgada. Para frutas frescas con una consistencia crujiente como manzanas, peras y piñas frescas, puede ser más fácil quitarles la piel y colocar la fruta en el procesador de alimentos para alcanzar la consistencia deseada. Evite las frutas que no se pueden ablandar.
- **VEGETALES:** Evite los vegetales que no se puedan ablandar o que tengan fibras.

## Directrices para comidas en trozos de ¼” cortados a medida

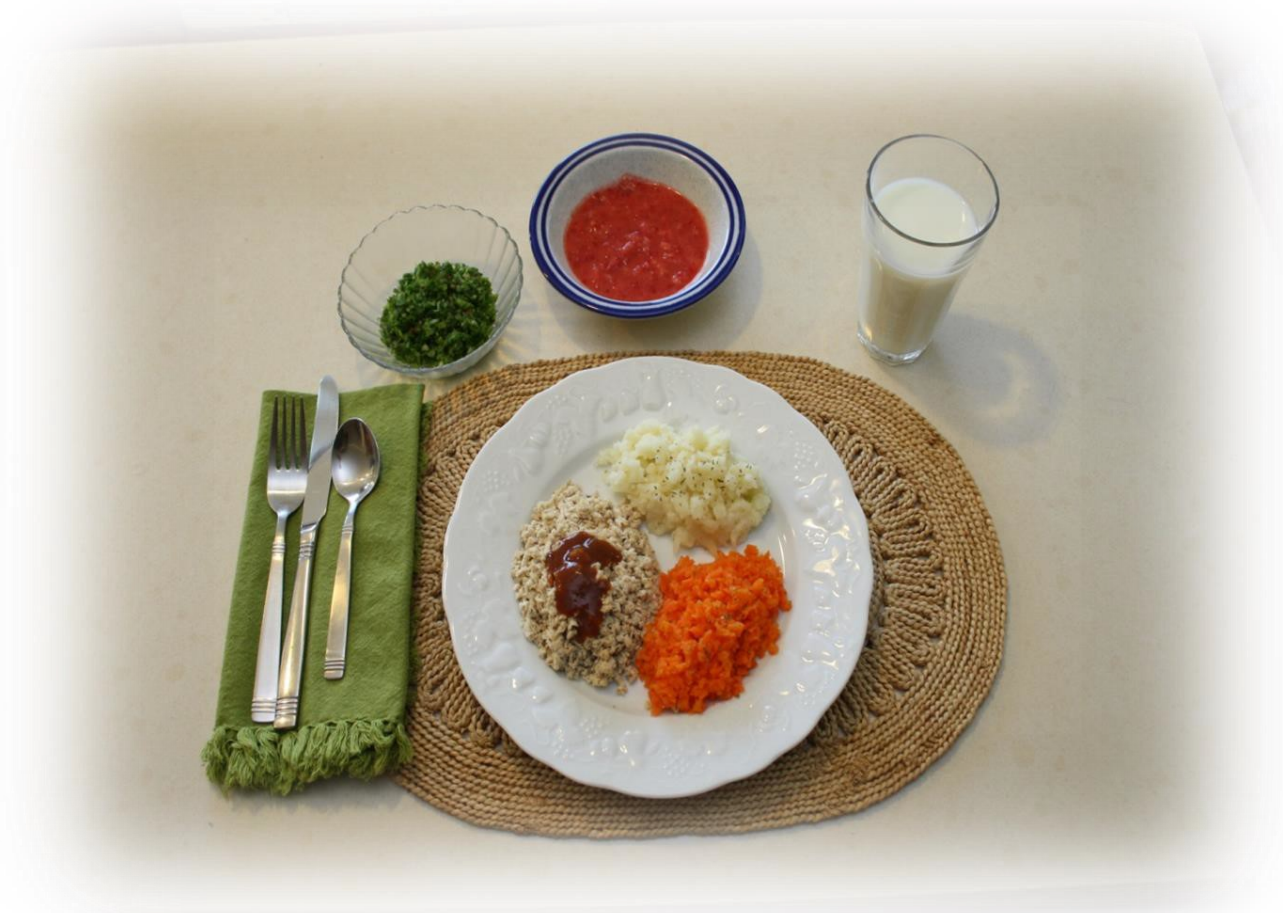
CATEGORÍA DE ALIMENTOS	ALIMENTOS PERMITIDOS (CUANDO SE CORTAN EN TROZOS DE ¼ DE PULGADA)	ALIMENTOS OMITIDOS (ALIMENTOS QUE NO PUEDEN MODIFICARSE COMO SE DESCRIBIÓ ARRIBA)
Panes	Panqueques, galletas blandas, panes blandos sin corteza, panecillos blandos, tacos blandos, waffles, pizza molida.	Bagels, picatostes, muffins ingleses, pan duro, galletas saladas, tacos duros, panecillos Kaiser, borde exterior de la masa de pizza.
Cereales	Cereales calientes: todos los cereales secos molidos o triturados y luego ablandados en líquidos.	Todos los cereales con frutos secos o nueces, granola o barras de granola, Grapenuts™, trigo triturado.
Pastas, patatas, arroz	Todas las pastas, patatas y arroz bien cocidos.	Patata con piel, arroz salvaje
Carne, pescado, aves, huevos	Todo tierno, húmedo y servido con salsa baja en grasa o gravy para humedecer. Huevos revueltos, ensalada de huevo y tortillas que no incluyan ingredientes omitidos. <b>Los Hot Dogs, las salchichas y la kielbasa sin piel deben cortarse a lo largo antes de cortarlos al tamaño adecuado.</b>	Carnes duras y secas Hot dogs, kielbasa y salchichas con tripa/piel natural, huevos duros y huevos fritos.
Legumbres (Frijoles: rojos, ojo negro, cannellini, azul marino/gran norteño/blanco, negro, pinto, garbanzo, lentejas, guisantes partidos, lima, haba/fava, mantequilla, calicó, italiano, mungo, soja)	Todos las que estén cocidas/enlatadas, excepto garbanzos, a menos que estén molidos/parte de hummus.	Garbanzos debido a la dureza.
Cazuelas	Cazuelas que contengan ingredientes tiernos en trozos de ¼”.	Cazuelas con ingredientes duros.
Sándwiches	Todos, cuando se corten en trozos de ¼” y se sirva abierto y sin corteza. Puede contener sándwiches de mantequilla de maní (nueces/semillas) y jalea cuando se preparan de acuerdo con la receta proporcionada.	Carnes duras y secas, queso rebanado, mantequilla de maní, mantequilla de nueces/semillas, a menos que se preparen de acuerdo con la receta en las directrices. Nada de sándwiches de queso asado.
Sopas	Todas con los ingredientes en trozos de ¼” o menos.	Evite los trozos duros.

## Directrices para comidas en trozos de ¼” cortados a medida (continuación)

CATEGORÍA DE ALIMENTOS	ALIMENTOS PERMITIDOS (CUANDO SE CORTAN EN TROZOS DE ¼ DE PULGADA)	ALIMENTOS OMITIDOS (ALIMENTOS QUE NO PUEDEN MODIFICARSE COMO SE DESCRIBIÓ ARRIBA)
Frutas	Frutas frescas peladas, congeladas, enlatadas y guisadas.	Frutas duras, frutas frescas crudas como manzanas con piel, frutas con cáscara, pomelos, naranjas, uvas con semillas, frutas secas como pasas y ciruelas pasas que no estén guisadas, frutas con carozo (cerezas).
Vegetales	Vegetales frescos cocidos, congelados y enlatados.	Vegetales crudos (a menos que sean enlatados frescos), como apio, pimientos y zanahorias menos que estén finamente picados como parte de un sándwich o en ensaladas de papa, macarrones y pasta.
Ensaladas de verduras frescas	Corte en trozos de ¼ de pulgada, esto incluye la ensalada en bolsas.	Piel de pepinos y tomates, apio; ensalada de col con trozos duros o largos.
Lácteos	Yogur batido; queso tibio y derretido.	Queso rebanado, queso en tiras, yogurt con trozos de fruta.
Postres, dulces, snacks	Postres blandos, galletas, donas, tortas, tartas.	Caramelos duros, galletas duras, chicle, caramelos, gomitas o caramelos masticables, palomitas de maíz, pretzels, patatas fritas, chips de tortilla, cáscaras de patatas, coco, malvaviscos, crema de malvaviscos (por ejemplo, Fluff), barras de granola, helado con (nueces, fruta, trozos de galleta, dulces, etc.) en trozos de más de ¼”.
Grasas, frutos secos, aceitunas	Margarina, mantequilla, aceites, aderezos para ensaladas, tocino desmenuzado, aceitunas en rodajas (cortadas al tamaño adecuado), nueces molidas como ingrediente.	Alimentos secos, nueces sueltas, aceitunas enteras, pepinillos enteros, mantequilla de maní u otra mantequilla de nueces/semillas, a menos que se preparen en un sándwich siguiendo la receta proporcionada.

# Molida

---



## VIII. Molida

**DEFINICIÓN:** La comida se pasa por un procesador de alimentos hasta que esté HÚMEDA y COHESIVA, como salsa de pepinillos. La comida molida **siempre debe** estar húmeda. La carne y las cazuelas se muelen en el procesador de alimentos y se les puede agregar líquido después de hacerlo. **SIEMPRE mezcle y sirva** con una salsa baja en grasa, gravy o condimento apropiado para la dieta de la persona. **Las partículas sueltas y secas de comida no son aceptables y pueden ser peligrosas ya que pueden inhalarse con facilidad.** Por ejemplo, el arroz cocido se debe cortar en un procesador de alimentos, humedecer y servir con salsa. El pan rallado se **debe** humedecer y **nunca** servir seco.

Los alimentos se deben preparar de manera que:

- Cada alimento se sirva por separado, a menos que se preparen en una mezcla, como sopa, guiso, cazuela o ensalada.

**QUIÉN NECESITA ESTA DIETA:** Las personas que hacen esta dieta no mastican bien y pueden tener dificultades para tragar.

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

### **CÓMO PREPARARLA:**

NOTA: Para una dieta molida, mida las porciones **antes** de procesarlas.

- **PAN/CEREALES:** Sin nueces, semillas ni frutos secos: unte el pan tierno con el condimento según el menú. Procese pan, galletas saladas, productos horneados y cereales secos según lo permitido en el procesador de alimentos con un líquido adecuado. La leche se usa habitualmente para procesar panes y cereales. El pan procesado, las galletas saladas, los productos horneados y el cereal se **DEBEN** humedecer y dejar absorber antes de servir; se deben triturar con una cuchara. Estos elementos no deben quedar densos ni rígidos, si es así agregue más líquido. Retire la corteza exterior de la pizza antes de procesarla. Omita los aderezos no permitidos en la dieta molida. Muela la base blanda con queso tibio; agregue salsa para lograr una consistencia molida húmeda. Sirva caliente.
- **PASTA/ARROZ:** Cocine bien la pasta/arroz hasta que esté blanda. Agregar una pequeña cantidad de aceite evita que la mayoría de los platos de pasta o arroz se vuelvan demasiado pastosos. Procese hasta que parezca un condimento de pepinillo. **No procese demasiado** porque el arroz y la pasta se volverán pastosos y difíciles de tragar. Antes de servir, agregue **siempre** más salsa o gravy.
- **CARNE, PESCADO, AVES, HUEVOS:** Cocine y retire el hueso, el cartílago y la piel. Muela con un caldo u otro líquido, o triture y luego mezcle con un caldo o líquido. Todas las carnes, pescados y aves se **DEBEN** humedecer y servir con una salsa, gravy, condimento u otro líquido compatible bajo en grasa para permitir que se traguen con facilidad.

- **SÁNDWICH:** Los ingredientes del sándwich se procesan en el procesador de alimentos con un líquido adecuado hasta obtener una consistencia similar a la de un condimento. Solo se pueden proporcionar sándwiches de mantequilla de maní (nueces/semillas) y jalea si se usa la receta proporcionada en las directrices.
- **ENSALADA DE VEGETALES FRESCOS:** Los ingredientes de la ensalada se procesan brevemente en un procesador de alimentos hasta que se muelen. Para lograr la consistencia adecuada, es posible que deba agregar espesante comercial debido al mayor contenido de agua de la mayoría de los vegetales.
- **FRUTA FRESCA:** Retire la cáscara, la piel, los carozos o las semillas grandes. Colóquelas en un procesador de alimentos y procese hasta que los trozos parezcan una salsa. La fruta debe estar húmeda y permanecer junta como el pudín de tapioca. Ingredientes sugeridos para agregar a la fruta: espesante de alimentos comercial o mezcla para pudín seco instantáneo.

**Las frutas frescas como la piña, las naranjas, los pomelos, las ciruelas y las uvas frescas no se pueden usar en una dieta molida. Son demasiado fibrosos y tienen membranas o pieles duras. Use una fruta diferente o un jugo de fruta.**

- **VEGETALES:** Prepare y cocine los vegetales. Escorra bien; colóquelos en un procesador de alimentos y procese hasta que tengan una consistencia similar a la de un condimento.

## Directrices para las comidas molidas

CATEGORÍA DE ALIMENTOS	ALIMENTOS PERMITIDOS (CUANDO SE PROCESAN HASTA UN CONDIMENTO COMO UNA CONSISTENCIA)	ALIMENTOS OMITIDOS (ALIMENTOS QUE NO PUEDEN MODIFICARSE COMO SE DESCRIBIÓ ARRIBA)
Panes	Galletas saladas ablandadas con líquido, panqueques, pizza molida con salsa extra y sin corteza exterior de pizza, galletas blandas, panes blandos, panecillos blandos, tacos blandos y waffles.	Bagels, pan con nueces/frutas/semillas, picatostes, muffins ingleses, pan duro, tacos duros, panecillos duros o crujientes, pizza que no se puede moler, incluyendo la corteza exterior de la pizza.
Cereales	Cereales calientes: todos los cereales secos molidos o triturados y luego ablandados en líquidos.	Cereales con frutos secos o nueces, granola, Grapenuts™, trigo triturado, cualquier cereal frío que no se ablande en líquidos.
Pastas, patatas, arroz	A todas las pastas húmedas, papas, quinoa, cuscús y arroz bien cocidos, <b>AGREGUE MÁS SALSA O GRAVY.</b>	Patata con piel, arroz salvaje.
Carnes, aves, pescado, huevos	DEBE HUMEDECER TODO CON CALDO O LÍQUIDO DESPUÉS DE MOLERLO Y SERVIRLO CON SALSA BAJA EN GRASA, GRAVY, CONDIMENTO U OTRO LÍQUIDO COMPATIBLE, HUEVOS REVUELTOS, ENSALADA DE HUEVO. TOCINO FININAMENTE MOLIDO COMO INGREDIENTE.	Carnes, aves y pescados sin salsas ni jugos; hot dogs/salchichas con tripa/piel natural. Trocitos de tocino, carne seca, Slim Jim, palitos de carne, pepperoni, huevo frito.
Legumbres (Frijoles: rojos, ojo negro, cannellini, azul marino/gran norteño/blanco, negro, pinto, garbanzo, lentejas, guisantes partidos, lima, haba/fava, mantequilla, calicó, italiano, mungo, soja)	Todos cocido, excepto garbanzos, a menos que estén molidos/parte de hummus.	Garbanzos debido a la dureza
Cazuelas	DEBE HUMEDECER TODO CON UN CALDO O LÍQUIDO COMPATIBLE DESPUÉS DE MOLERLO Y SERVIRLO HÚMEDO.	Cazuelas, no modificadas por definición.



## Directrices para las comidas molidas (continuación)

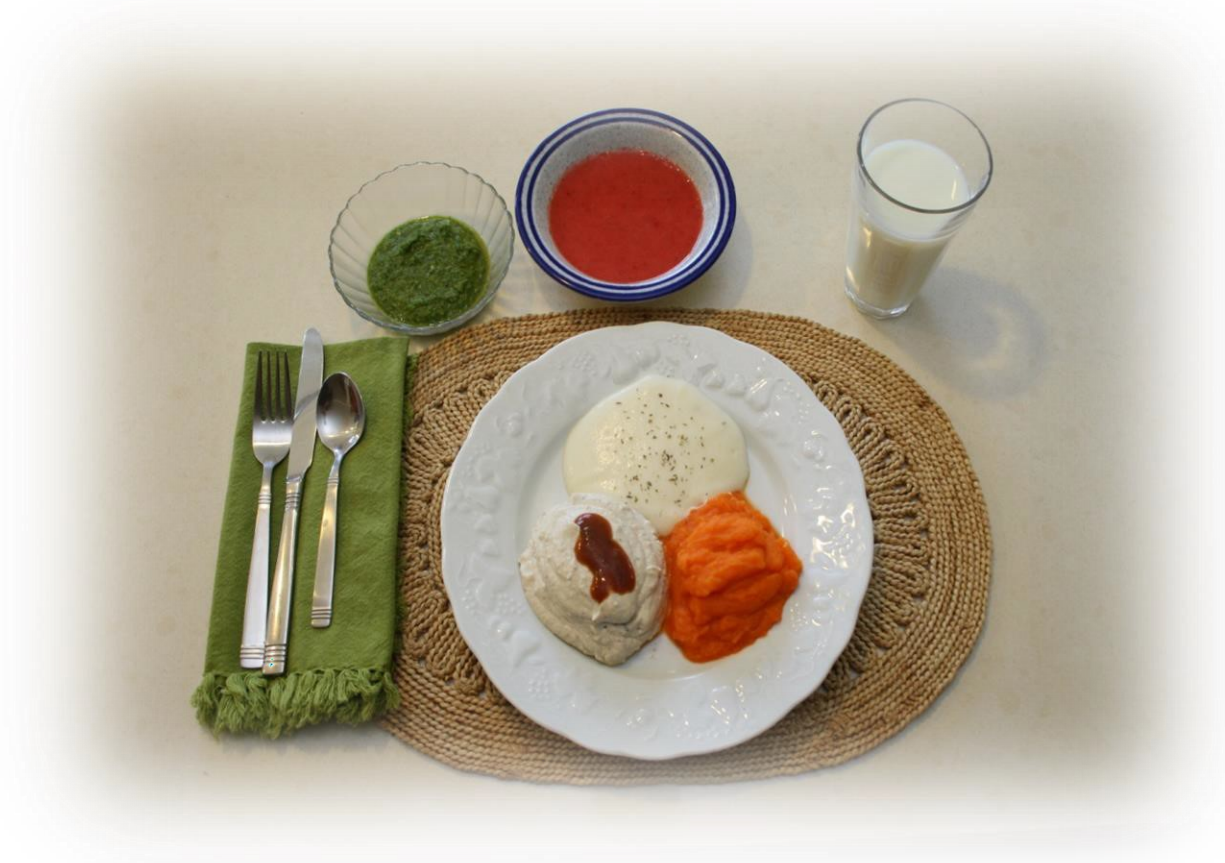
CATEGORÍA DE ALIMENTOS	ALIMENTOS PERMITIDOS (CUANDO SE PROCESAN HASTA UN CONDIMENTO COMO UNA CONSISTENCIA)	ALIMENTOS OMITIDOS (ALIMENTOS QUE NO PUEDEN MODIFICARSE COMO SE DESCRIBIÓ ARRIBA)
Sándwiches	Molidos y <b>SIEMPRE</b> humedecidos con condimento adecuado o líquido compatible. Sándwich de mantequilla de maní (nueces/semillas) y jalea preparado según la receta incluida en las directrices.	Queso frío en rodajas, mantequilla de maní, mantequilla de nueces/semillas, a menos que se mezclen con puré de manzana según la receta de las directrices.
Sopas	Todas las sopas deben estar molidas excepto las claras y las cremas sin trozos.	Ninguna.
Frutas	Plátanos frescos pelados, fresas, kiwi, melón blando. Bayas, melocotones, cerezas (sin carozos) previamente congelados (descongelados) peras, mandarinas, piña triturada, puré de manzana enlatados Frutos secos cocinados.	Frutas que no figuran en la sección permitida, frutas secas simples como pasas y ciruelas pasas que no estén guisadas, frutas con carozo (cerezas).
Vegetales	Vegetales frescos cocidos, congelados y enlatados Condimento de pepinillos Crema de maíz enlatada molida.	Granos de maíz, vegetales crudos que no estén incluidos en lo permitido, cebolla cruda, a menos que esté finamente molida como parte de un sándwich para untar o en ensalada de papas, macarrones y pasta.
Ensaladas de vegetales frescos	Muela hasta obtener una consistencia similar a la de un condimento. Vegetales crudos incluyen lechuga, espinacas, pepino sin semillas, tomate sin piel y cebolla.	Granos de maíz, vegetales crudos y cebolla cruda, a menos que esté finamente molida como parte de un sándwich para untar o en ensalada de papas.
Lácteos	Queso tibio rallado como ingrediente, yogur licuado.	Yogur con trozos de fruta o trozos de comida a menos que esté molido. Queso frío en rebanadas; queso de hebra.

## Directrices para las comidas molidas (continuación)

CATEGORÍA DE ALIMENTOS	ALIMENTOS PERMITIDOS (CUANDO SE PROCESAN HASTA UN CONDIMENTO COMO UNA CONSISTENCIA)	ALIMENTOS OMITIDOS (CUANDO SE PROCESAN HASTA UN CONDIMENTO COMO UNA CONSISTENCIA)
Postres, dulces, snacks	Postres blandos, galletas, rosquillas, pasteles, tartas, etc. humedecidos con un líquido. Gelatina natural, gelatina batida con cobertura batida o puré de frutas.	Caramelos duros, chicles, caramelos “gummy”, palomitas de maíz, patatas fritas, chips de tortilla, pretzels, pieles de patatas, coco, Jello Jigglers™, malvaviscos, crema de malvaviscos (por ejemplo, Fluff), o dulces con malvaviscos, bollos o bolitas de queso, chicharrones, galletas con nueces o frutos secos, dulces de caramelo, M&M’s™, Reese’s Pieces™.
Grasas, frutos secos, aceitunas, etc.	Margarina, mantequilla, aceites, aderezo para ensalada, tocino molido como ingrediente, aceitunas molidas y salsa de pepinillos. Mantequilla de maní (nueces/semillas) como ingrediente en pasteles y galletas.	Nueces, trozos de tocino, carne seca, Slim Jim/palitos de carne, mantequilla de maní (nueces/semillas) cuando no se mezclan con los alimentos.

# Puré

---



## IX. Puré

**DEFINICIÓN:** Todos los alimentos se humedecen y procesan hasta que queden suaves (sin grumos) hasta obtener una consistencia similar a la de un puré de manzana o de un pudín.

Los alimentos se deben preparar de manera que:

- Queden blandos por completo
- No tengan grumos
- No estén pastosos, pegajosos ni gomosos
- No estén líquidos
- Cada alimento se sirva por separado, a menos que se preparen en una mezcla, como sopa, guiso, guiso o ensalada.

**QUIÉN NECESITA ESTA DIETA:** Las personas que hacen esta dieta tienen graves dificultades para masticar y tragar.

**POR QUÉ SE RECETA ESTA DIETA:** La dieta proporciona una consistencia suave y húmeda que es fácil de tragar y requiere pocas habilidades motoras orales.

### **CÓMO PREPARARLA:**

NOTA: Para una dieta en puré, mida las porciones **antes** de procesarlas.

- **PAN/CEREALES:** Sin nueces, semillas ni frutos secos: unte el pan con condimento según el menú. Procese el pan en el procesador de alimentos con un líquido adecuado. Los panes blandos sin corteza, algunas galletas saladas y algunos productos horneados blandos se pueden humedecer con un líquido apropiado y dejar que absorban **TODO** el líquido para cumplir con la definición mencionada arriba antes de servir. Por ejemplo, use leche para humedecer tostadas sin corteza, galletas integrales, galletas saladas, galletas finas y simples y pasteles en rodajas sin nueces, pasas, coco ni chispas de chocolate. La avena y los cereales fríos (sin nueces, bayas ni pasas) se deben hacer puré y servir humedecidos. Los waffles, panqueques y tostadas francesas se deben hacer puré y servir humedecidos; se sugiere leche y jarabe de arce.
- **PASTA/ARROZ:** Cocine bien la pasta/arroz hasta que esté suave. Agregar una pequeña cantidad de aceite evita que la mayoría de los platos de pasta o arroz se vuelvan demasiado pastosos. Procese hasta que quede blando (sin grumos). Use una cantidad adecuada de líquido para que quede blando y húmedo. Antes de servir, agregue **siempre** más salsa o gravy.
- **CARNE, PESCADO, AVES, HUEVOS:** Cocine y retire el hueso, el cartílago y la piel. Haga puré con caldo u otro líquido. Todas las carnes, pescados y aves se **DEBEN** humedecer y servir con una salsa baja en grasa, condimento o gravy apropiado para la dieta terapéutica de la persona para permitir una fácil deglución.

- **SÁNDWICH:** Los ingredientes del sándwich se procesan en el procesador de alimentos con un líquido o condimento apropiado. Al pan se le debe quitar la corteza. Los sándwiches de mantequilla de maní (nueces/semillas) y jalea solo se pueden proporcionar si se preparan siguiendo la receta proporcionada en las directrices.
- **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.
- **FRUTA FRESCA:** Retire la cáscara, la piel, los carozos o las semillas. Colóquelos en un procesador de alimentos y procese hasta que los trozos parezcan puré de manzana. La fruta debe estar húmeda y permanecer junta como un pudín. Ingredientes sugeridos para agregar a la fruta: espesante alimentario comercial por ½ c. para servir o mezcla para pudín seco instantáneo. Las bayas se pueden agregar a los batidos sin quitarles las semillas, las bayas no se pueden hacer puré como postre o refrigerio como un solo producto.

**Nota: Las frutas frescas como la piña, las naranjas, los pomelos, las ciruelas y las uvas frescas no se pueden usar en una dieta en puré. Son demasiado fibrosos y tienen membranas o pieles duras. No se debe dar ninguna fruta que no pueda modificarse correctamente. Use una fruta diferente o un jugo de fruta.**

- **VEGETALES:** Prepare y cocine los vegetales. Escorra bien; colóquelos en un procesador de alimentos y procese hasta que queden suaves hasta que tengan una consistencia similar a la de un puré de manzana. Si se usa una papa al horno o hervida con piel, quítele la piel antes de procesarla.

## Directrices para las comidas en puré

CATEGORÍA DE ALIMENTOS	ALIMENTOS PERMITIDOS (CUANDO SE PROCESAN HASTA UNA CONSISTENCIA DE UN PURÉ DE MANZANA, BLANDOS, SIN GRUMOS)	ALIMENTOS OMITIDOS (ALIMENTOS QUE NO SE PUEDEN MODIFICAR A UNA CONSISTENCIA EN PURÉ)
Panes	Galletas saladas ablandadas con líquido, panqueques, pizza hecha puré con salsa extra y sin corteza exterior de pizza, galletas blandas, panes blandos, panecillos suaves, tacos blandos y waffles.	Bagels, pan con nueces/frutas/semillas, picatostes, muffins ingleses, pan duro, panecillos duros o crujientes, tacos duros, pan de maíz con granos de maíz enteros, pizza que no se puede hacer puré, incluyendo la corteza exterior de la pizza.
Cereales	Puré de cereales, incluyendo puré de avena, cheerios y copos de maíz. No es necesario hacer puré la harina, la crema de arroz, la crema de trigo, la sémola y la Wheatena™.	Cereales con frutos secos o nueces, granola, Grape Nuts™, salvado de pasas, Lucky Charms, trigo rallado o cualquier cereal que no se ablande.
Pastas, patatas, arroz	A todas las pastas, patatas, quinua, cuscús, arroz bien cocidos, se les añade más salsa o gravy.	Patata con piel, arroz salvaje
Carnes, aves, pescado, huevos	TODO SE DEBE HUMEDER CON UN CALDO O LÍQUIDO MIENTRAS SE HACE PURÉ; SERVIR CON SALSA BAJA EN GRASA, GRAVY O CONDIMENTO SUAVE Huevos revueltos, ensalada de huevo.	Carnes, pescados, aves sin salsas ni jugos. Hot dogs, kielbasa o salchichas con tripa natural, pepperoni, tocino.
Legumbres (Frijoles: rojos, ojo negro, cannellini, azul marino/gran norteño/blanco, negro, pinto, garbanzo, lentejas, guisantes partidos, lima, haba/fava, mantequilla, calicó, italiano, mungo, soja)	Todas las que estén cocidas/enlatadas, excepto garbanzos, a menos que estén molidas/parte de hummus.	Garbanzos debido a la dureza.
Cazuelas	Todo se debe humedecer con un caldo o líquido mientras se hace puré; sirva con salsa baja en grasa y gravy.	Cazuelas que no pueden modificarse por definición.

## Directrices para las comidas en puré (continuación)

CATEGORÍA DE ALIMENTOS	ALIMENTOS PERMITIDOS (CUANDO SE PROCESAN HASTA UNA CONSISTENCIA DE UN PURÉ DE MANZANA, BLANDOS, SIN GRUMOS)	ALIMENTOS OMITIDOS (ALIMENTOS QUE NO SE PUEDEN MODIFICAR A UNA CONSISTENCIA EN PURÉ)
Sándwiches	En puré y <b>SIEMPRE</b> humedecidos con condimento o líquido adecuado. Los sándwiches de mantequilla de maní (nueces/semillas) y jalea preparados con la receta de estas directrices.	Queso frío en rodajas, mantequilla de maní (nueces/semillas), a menos que se mezclen con puré de manzana según la receta de las directrices.
Sopas	Todas las sopas se deben procesar para que tengan la consistencia de una sopa cremosa suave. Agregue galletas saladas desmenuzadas o pan rallado al hacer puré para espesar.	Sopas con trozos de comida que no pueden modificarse hasta obtener una consistencia de puré. Crutones.
Frutas	Frutas enlatadas, frescas, congeladas, blandas y peladas. Se permiten ciruelas pasas guisadas y pasas guisadas. Bayas hechas puré en un batido.	Frutas frescas crudas con piel, semillas y cáscara, como piña fresca, naranjas, pomelos, ciruelas, manzanas y uvas, bayas en puré sin ingredientes de batido.
Vegetales	Vegetales frescos cocidos, congelados, enlatados, lechuga, espinacas, pepinos sin piel, tomates sin piel.	Vegetales crudos excepto lechuga, espinacas, pepino con piel y tomate con piel, maíz, guisantes cocidos congelados.
Ensaladas de vegetales frescos	Haga puré hasta que quede suave y sin grumos. Agregue espesante comercial según sea necesario.	Lo mismo que se menciona arriba.
Lácteos	Queso tibio y rallado como ingrediente, yogur blando.	Queso rebanado, queso en tiras,
Postres, dulces, snacks	Postres blandos, galletas, donas, tortas, tartas, budines blandos. Helado blando, paleta sin el palito.	Caramelos duros, chicles, caramelos gummy, palomitas de maíz, patatas fritas, chips de tortilla, pretzels, pieles de patatas, coco, Jello™/gelatina, malvaviscos, crema de malvaviscos (por ejemplo, Fluff), o dulces con malvaviscos, bollos o bolitas de queso, chicharrones, galletas con nueces o frutos secos, dulces de caramelo, Reese's Pieces™, helado con trozos, budín de tapioca, arroz o pistacho.
Grasas, frutos secos, aceitunas, etc.	Margarina, mantequilla, aceites, aderezos para ensaladas; mantequilla de maní (nueces/semillas) como ingrediente en pasteles y galletas; tocino como ingrediente en cazuelas.	Nueces, trozos de tocino, carne seca, Slim Jim/palitos de carne, mantequilla de maní (nueces/semillas) cuando no se mezclan con los alimentos.

# Licuada

---



Identificación de cada uno de los líquidos de arriba (L-R): Puré de quinua primavera (naranja), pastel de Shepard (verde abajo y blanco arriba), mezcla de bayas (morado), frita de verduras (amarillo pálido)



## X. Licuada

**DEFINICIÓN:** Todos los alimentos se humedecen y procesan hasta que queden suaves (sin grumos) hasta obtener una consistencia de néctar o miel. La consistencia está documentada en la orden de la dieta. Es como una dieta en puré, pero tiene una consistencia ligeramente más líquida. El médico debe incluir la consistencia correcta en sus recomendaciones y tenerla indicada correctamente dentro del orden de la dieta.

Los alimentos se deben preparar de manera que:

- Queden blandos por completo.
- No tengan grumos.
- No estén pastosos, pegajosos ni gomosos.
- Cada alimento se sirva por separado, a menos que se preparen en una mezcla, como sopa, guiso, guiso o ensalada.
- Debe agregar más líquidos a los alimentos para lograr la consistencia líquida solicitada. Los líquidos pueden incluir, entre otros, caldo, leche, agua de las vegetales cocidos y salsa gravy.
- Aunque los alimentos sean líquidos, es posible que necesiten un espesante para lograr la consistencia correcta.

**QUIÉN NECESITA ESTA DIETA:** Las personas que hacen esta dieta tienen graves dificultades para masticar y tragar. Esto también podría usarse para personas que se niegan a comer alimentos, pero sí beben. Esta dieta también se puede usar para personas con demencia o necesidades sensoriales.

**POR QUÉ SE RECETA ESTA DIETA:** La dieta proporciona una consistencia suave y húmeda que es fácil de tragar y requiere pocas habilidades motoras orales.

**CÓMO PREPARARLA:**

NOTA: Para una dieta licuada, mida las porciones **antes** de procesarlas.

- **PAN/CEREALES:** Evite productos que contengan nueces, semillas y frutos secos: unte el pan con condimento según el menú. Procese el pan en el procesador de alimentos con un líquido adecuado. Los panes blandos sin corteza, algunas galletas saladas y algunos productos horneados blandos se pueden humedecer con un líquido apropiado y dejar que absorban TODO el líquido para cumplir con la definición mencionada arriba antes de servir. Por ejemplo, use leche para humedecer tostadas sin corteza, galletas integrales, galletas saladas, galletas finas y simples y pasteles en rodajas. La avena y los cereales fríos (sin nueces, bayas ni pasas) se deben hacer puré y servir humedecidos. Los waffles, panqueques y tostadas francesas se deben hacer puré y servir humedecidos; se sugiere leche y jarabe de arce.
- **PASTA/ARROZ:** Cocine bien la pasta/arroz hasta que esté suave. Agregar una pequeña cantidad de aceite evita que la mayoría de los platos de pasta o arroz se vuelvan demasiado pastosos. Procese hasta que quede blando (sin grumos). Use una cantidad adecuada de líquido para que quede suave y húmedo y tenga la consistencia de néctar o miel como lo indica el Orden de la Dieta.

- **CARNE, PESCADO, AVES, HUEVOS:** Cocine y retire el hueso, el cartílago y la piel. Haga **puré** con un caldo u otro líquido hasta obtener la consistencia indicada en la Orden de la Dieta.
- **SÁNDWICH:** Los ingredientes del sándwich se procesan en el procesador de alimentos con un líquido o condimento apropiado. Al pan se le debe quitar la corteza. Los sándwiches de mantequilla de maní (nueces/semillas) y jalea solo se pueden proporcionar si se preparan siguiendo la receta proporcionada en las directrices.
- **ENSALADA DE VEGETALES FRESCOS:** Todos los ingredientes se procesan con un líquido hasta obtener una consistencia blanda y uniforme. Es posible que se necesite un espesante comercial para alcanzar la consistencia prescrita de la Orden de la Dieta.
- **FRUTA FRESCA:** Retire la cáscara, la piel, los carozos o las semillas. Colóquelos en un procesador de alimentos y procese hasta que los trozos parezcan puré de manzana. Ingredientes sugeridos para agregar a la fruta: espesante alimentario comercial por ½ c. para servir o mezcla para pudín seco instantáneo. Las bayas se pueden agregar a los batidos sin quitarles las semillas, las bayas no se pueden hacer puré como postre o refrigerio como un solo producto.

**Nota: Las frutas frescas como la piña, las naranjas, los pomelos, las ciruelas y las uvas frescas no se pueden usar en una dieta licuada. Son demasiado fibrosos y tienen membranas o pieles duras. No se debe dar ninguna fruta que no pueda modificarse correctamente. Use una fruta diferente o un jugo de fruta.**

- **VEGETALES:** Prepare y cocine los vegetales. Escorra bien; colóquelos en un procesador de alimentos y procese hasta obtener una consistencia suave y uniforme. Si usa una papa al horno o hervida con piel, quítele la piel antes de procesarla.

## Directrices para las comidas licuadas

CATEGORÍA DE ALIMENTOS	ALIMENTOS PERMITIDOS (CUANDO SE PROCESAN HASTA UNA CONSISTENCIA ESPESADA DE NÉCTAR O MIEL)	ALIMENTOS OMITIDOS (ALIMENTOS QUE NO SE PUEDEN MODIFICAR PARA OBTENER UNA CONSISTENCIA ESPESADA DE NÉCTAR O MIEL)
Panes	Galletas saladas ablandadas con líquido, panqueques, pizza hecha puré con salsa extra y sin corteza exterior de pizza, galletas blandas, panes blandos, panecillos suaves, tacos blandos y waffles.	Bagels, pan con nueces/frutas/semillas, picatostes, muffins ingleses, pan duro, panecillos duros o crujientes, tacos duros, pan de maíz con granos de maíz enteros, pizza que no se puede hacer puré, incluyendo la corteza exterior de la pizza.
Cereales	Avena, cheerios y copos de maíz, harina, crema de arroz, crema de trigo, sémola y Wheatena™	Cereales con frutos secos o nueces, granola, Grape Nuts™, salvado de pasas, Lucky Charms, trigo rallado o cualquier cereal que no se ablande.
Pastas, patatas, arroz	Cocine bien las pastas, patatas, quinoa, cuscús, arroz y agregue salsa extra o gravy	Patata con piel, arroz salvaje
Carnes, aves, pescado, huevos	HUMEDEZCA TODO CON UN CALDO O LÍQUIDO MIENTRAS LICÚA; SIRVA CON SALSA BAJA EN GRASA, GRAVY O CONDIMENTO BLANDO. Huevos revueltos, ensalada de huevo.	Carnes, pescados, aves sin salsas ni jugos. Hot dogs, kielbasa o salchichas con tripa natural, pepperoni, tocino.
Legumbres (Frijoles: rojos, ojo negro, cannellini, azul marino/gran norteño/blanco, negro, pinto, garbanzo, lentejas, guisantes partidos, lima, haba/fava, mantequilla, calicó, italiano, mungo, soja)	Todas las que estén cocidas/enlatadas, excepto garbanzos, a menos que estén molidas/parte de hummus. El hummus se debería procesar con más líquidos.	Garbanzos debido a la dureza.
Cazuelas	<b>Humedezca todo con un caldo o líquido mientras hace puré.</b>	Cazuelas que no pueden modificarse por definición.

## Directrices para las comidas licuadas (continuación)

CATEGORÍA DE ALIMENTOS	ALIMENTOS PERMITIDOS (CUANDO SE PROCESAN HASTA UNA CONSISTENCIA ESPESADA DE NÉCTAR O MIEL)	ALIMENTOS OMITIDOS (ALIMENTOS QUE NO SE PUEDEN MODIFICAR A UNA CONSISTENCIA DE MIEL O NÉCTAR)
Sándwiches	En puré y <b>SIEMPRE</b> humedecidos con condimento o líquido adecuado. Los sándwiches de mantequilla de maní (nueces/semillas) y jalea preparados con la receta en estas directrices.	Queso frío en rodajas, mantequilla de maní (nueces/semillas) (consulte la nota debajo de sándwiches).
Sopas	Todas las sopas se deben procesar para obtener una consistencia suave. Agregue galletas saladas desmenuzadas o pan rallado al hacer puré para espesar si es necesario.	Sopas con trozos de comida que no pueden modificarse hasta obtener una consistencia de puré. Crutones
Frutas	Frutas enlatadas, frescas, congeladas, blandas y peladas. Se permiten ciruelas pasas guisadas y pasas guisadas. Bayas hechas puré en un batido.	Frutas frescas crudas con piel, semillas y cáscara, como piña fresca, naranjas, pomelos, ciruelas, manzanas y uvas. Bayas en puré sin ingredientes de batido.
Vegetales	Vegetales frescos cocidos, congelados y enlatados. Lechuga, espinacas, pepinos sin piel, tomates sin piel.	Vegetales crudos excepto lechuga, espinacas, pepino con piel y tomate con piel. Maíz, guisantes cocidos congelados.
Ensaladas de vegetales frescos	Haga puré hasta que quede blando y sin grumos. Agregue espesante comercial según sea necesario.	Lo mismo que se menciona arriba.
Lácteos	Queso tibio y rallado como ingrediente, yogur blando.	Queso rebanado, queso en tiras,
Postres, dulces, snacks	Postres blandos, galletas, donas, tartas, tartas. Helado suave, paleta sin el palito, debería espesarlos hasta obtener la consistencia reflejada en la Orden de la Dieta.	Caramelos duros, chicle, gomitas, palomitas de maíz, papas fritas, chips de tortilla, pretzels, cáscaras de papa, coco, Jell-O™/gelatina, malvaviscos o dulces con malvaviscos, bolitas de queso, chicharrones, galletas con nueces o frutos secos, dulces de caramelo, M&M's™, Reese's Pieces™. Helado con trozos.
Grasas, frutos secos, aceitunas, etc.	Margarina, mantequilla, aceites, aderezos para ensaladas; mantequilla de maní (nueces/semillas) como ingrediente en pasteles y galletas; tocino como ingrediente en cazuelas.	Nueces, trozos de tocino, carne seca, Slim Jim/palitos de carne, mantequilla de maní (nueces/semillas) cuando no se mezclan con los alimentos.

# Líquido

---



# XI. Líquido

## DEFINICIONES:

**Líquidos livianos:** Los líquidos/fluidos/bebidas se sirven como son.

**Líquidos espesados:** Se prescriben para personas específicas.

- **Líquido espeso de néctar:** Queda ligeramente espesado.
  - Prueba del tenedor: el líquido cubre el tenedor y se hunde rápidamente a través de las puntas.
  - Prueba de cuchara: El líquido deja una fina “cinta” o “rastros” cuando se vierte o revuelve, como el almíbar espeso que se encuentra en la fruta enlatada o en el jarabe de arce.
  
- **Líquido con espesor de la miel:** Es más espeso que el néctar, más cercano a la miel.
  - Prueba del tenedor: El líquido cubre el tenedor y fluye lentamente a través de las puntas.
  - Prueba de cuchara: El líquido fluye lentamente de la cuchara, pero aún se vierte, algo así como un batido.
  - No se debe usar una pajita para líquidos con el espesor de miel, a menos que lo recomiende por escrito un médico.
  
- **Líquidos con espesor de pudín:** Este es el más espeso. No se vierte, sino que cae de la cuchara.
  - Prueba del tenedor: El líquido queda en el tenedor.
  - Prueba de cuchara: El líquido no sale de la cuchara, como la consistencia del pudín.

**QUIÉN NECESITA ESTA DIETA:** A algunas personas con problemas para tragar se les recetan líquidos espesados.

**POR QUÉ SE RECETA ESTO:** Los espesantes ralentizan el flujo de líquidos y los hacen más fáciles de tragar.

## CÓMO PREPARARLA:

- Reúna lo necesario para la preparación:
  - Tazas medidoras
  - Cucharas medidoras
  - Agente espesante comercial
  - Bebida para espesar
  - Taza para beber
  - Tenedor y cuchara
  
- Siga **EXACTAMENTE** las recomendaciones del fabricante para las mediciones tanto del espesante comercial como del líquido.
  
- Siga las recomendaciones de tiempo de espera para que actúe el espesante.

- Si el líquido no cumple con la definición de consistencia prescrita, debe modificarlo con líquido o espesante según sea necesario para lograr la consistencia líquida recomendada.
- Debe **EVITAR** cualquier líquido diluido a temperatura ambiente en el caso de líquidos espesados, como batidos, cubitos de hielo y helado.
- Si el líquido espesado se vuelve más espeso de lo deseado, debe reemplazarlo o reconstituirlo antes de administrarlo a la persona.

#### **Gelatina o Jell-O™:**

- En su forma simple, se reduce a un líquido liviano en la boca y no es apropiado para personas que requieran algún tipo de líquido espesado.
- Como recordatorio, a las personas que siguen una dieta de puré también se les debe restringir el consumo de gelatina o Jell-O™.

#### **Helados y Batidos:**

- Recuerde que estos productos se derretirán a temperatura ambiente y posiblemente se vuelvan inseguros al perder la consistencia requerida.
- Magic Cup y Thrive son suplementos preespesados disponibles comercialmente y están permitidos.
- Se permite un batido elaborado con yogur y puré de frutas, usando un agente espesante según sea necesario.
- Congelar un envase de yogur también es una alternativa. Asegúrese de que el yogur tenga la consistencia correcta según lo prescrito para el alimento. Por ejemplo, si la persona sigue una dieta de puré, el yogur debe tener una consistencia suave y sin grumos. Esto NO es lo mismo que el yogur helado en las heladerías o en las tiendas, sino que se derretirá hasta convertirse en un líquido liviano cuando se consuma.

## XII. Recetas de sándwiches de mantequilla de maní y jalea

Tenga en cuenta: La mantequilla de maní es el equivalente a cualquier mantequilla de nueces o semillas según las directrices.

### **RECETA DE SÁNDWICH DE MANTEQUILLA DE MANÍ Y JALEA PARA DIETA DE TROZOS DE 1” cortados a medida:**

- 1 cucharada Mantequilla de maní
- 2 cucharadas Jalea
- 2 rebanadas de pan

### **RECETA DE MANTEQUILLA DE MANÍ MODIFICADA SI EL SÁNDWICH SE SIRVE SIN JALEA PARA DIETA DE TROZOS DE 1” cortados a medida:**

- 1 cucharada de salsa de manzana sin azúcar
- 1 cucharada de mantequilla de maní
- 2 rebanadas de pan

### **RECETA DE SÁNDWICH DE MANTEQUILLA DE MANÍ Y JALEA PARA DIETA DE TROZOS DE 1/2” cortados a medida:**

- 1 cucharada de salsa de manzana sin azúcar
  - 1 cucharada de mantequilla de maní
  - 2 cucharadas de jalea
  - 1 o 2 rebanadas de pan (el sándwich se debe servir con la tapa abierta si mide más de 1/2” cuando se apila)
- Procese el puré de manzana, la mantequilla de maní y la gelatina hasta que quede blanda para untar. Unte sobre pan (use pan dietético para dietas bajas en calorías) y corte el sándwich en trozos de 1/2”.

### **RECETA DE SÁNDWICH DE MANTEQUILLA DE MANÍ Y JALEA PARA DIETA MOLIDA: [Esto también se usaría para trozos de 1/4” cortados a medida]**

- 1 cucharada de salsa de manzana sin azúcar
  - 1 cucharada de mantequilla de maní
  - 2 cucharadas de jalea (para dietas bajas en calorías, use jalea dietética)
  - 2 rebanadas de pan (para dietas bajas en calorías, use pan dietético)
- Leche, según sea necesario (para dietas bajas en calorías, use leche descremada)

Muela el pan y reserve. Procese el puré de manzana, la mantequilla de maní y la jalea hasta que quede blando. Combine la mezcla de mantequilla de maní y el pan, agregue la leche hasta que esté húmeda.



### **RECETA DE SÁNDWICH DE MANTEQUILLA DE MANÍ Y JALEA PARA DIETA EN PURÉ:**

1 cucharadas de salsa de manzana sin azúcar

1 cucharada de mantequilla de maní

2 cucharadas de jalea (para dietas bajas en calorías, use jalea dietética)

2 rebanadas de pan (para dietas bajas en calorías, use pan dietético) (asegúrese de quitar la corteza antes de hacer la modificación)

1 cucharada de leche para empezar (para dietas bajas en calorías, use leche desnatada)

Procese el puré de manzana, la mantequilla de maní, la gelatina, el pan y la leche hasta que quede suave. Agregue más leche según sea necesario. Rinde 1 porción.

### **RECETA DE SÁNDWICH DE MANTEQUILLA DE MANÍ Y JALEA PARA DIETA EN PURÉ CON MANTEQUILLA DE MANÍ EN POLVO:**

1 cucharada de salsa de manzana sin azúcar

2 cucharadas de mantequilla de maní en polvo (como PB Fit o PB2)

2 cucharadas de jalea (para dietas bajas en calorías, use jalea dietética)

2 rebanadas de pan (para dietas bajas en calorías, use pan dietético) (asegúrese de quitar la corteza antes de hacer la modificación)

9.5 -10 cucharadas de leche para empezar (para dietas bajas en calorías, use leche desnatada)

Procese el puré de manzana, la mantequilla de maní, la gelatina, el pan y la leche hasta que quede blando. Agregue más leche según sea necesario. Rinde 1 porción.

### **RECETA DE SÁNDWICH DE MANTEQUILLA DE MANÍ Y JALEA PARA DIETA LICUADA:**

1 cucharada de puré de manzana sin azúcar

2 cucharadas de mantequilla de maní

2 cucharadas de jalea (uva)

2 rebanadas de pan integral

6 cucharadas de leche (1 %)

Procese el puré de manzana, la mantequilla de maní, la jalea, el pan y la leche hasta que quede blando. Agregue más leche según sea necesario. Rinde 1 porción.

# Referencias

Discapacidad de desarrollo y necesidades especiales de atención médica". Revista de la Asociación Dietética Americana (2004). Print.

ADA. "Posición de ADA: Prestar servicios de nutrición para bebés, niños y adultos con

Arizona. Departamento de Seguridad Económica de Arizona. División de Discapacidad de Desarrollo. *Directrices de práctica clínica: Disfagia y evaluación del riesgo de aspiración y atragantamiento*. Por Bob Klaehn, MD. Comp. Sandra Verheijde, BSN, MBA. Print.

Arizona. Departamento de Seguridad Económica. División de Discapacidad de Desarrollo. Curso E-Learning sobre *Prevención de Atragantamiento y Aspiración*. Print.

Grupos de práctica dietética de nutrición y salud conductual de la Asociación Dietética Americana. "Disfagia y problemas a la hora de comer". *El adulto con discapacidad intelectual y de desarrollo: Una herramienta de recursos para profesionales de la nutrición*. 2008 ed. 146-58. Print.

Connecticut. Departamento de Servicios de Desarrollo. *Consistencias de los alimentos*. Print.

"Disfagia". *Wikipedia*. Fundación Wikimedia, 4 de enero de 2012. Web. 29 de noviembre de 2011 <<http://en.wikipedia.org/wiki/Dysphagia>>.

Iniciativa Internacional de Estandarización de la Dieta para la Disfagia (IDDSI). Web. Primavera 2021. <<https://iddsi.org>>.

"Dieta Nacional para la Disfagia". *Manual de atención nutricional*. Asociación Dietética Americana. Web. 11 de noviembre de 2011. <<http://nutritioncaremanual.org>>.

Estado de Nueva York. Oficina para Personas con Discapacidad de Desarrollo. Oficina de Servicios para Discapacidad de Desarrollo de Hudson Valley. *Consistencias de los alimentos: Una guía para preparar alimentos y líquidos para cumplir las necesidades de las personas*. Por Lucille Fariselli, SLP, Athena Hagerty, RD, Helen Schaible-McArdle, SLP y Elen Levine, RD. 2001. Print.

Estado de Nueva York. OPWDD. DDSO del centro de Nueva York. *Introducción a la disfagia y las habilidades alimentarias*. Print.

Estado de Nueva York. OPWDD. DDSO del centro de Nueva York. *Directrices de coherencia modificadas*. Print.

Estado de Nueva York. OPWDD. DDSO de Finger Lakes. *Directrices de consistencias de los alimentos de la FLDDSO*. 2010. Print.

Estado de Nueva York. OPWDD. DDSO de Long Island. *Consistencias de los alimentos*. Print.

Ohio. Departamento de Discapacidad de Desarrollo. Oficina de MUI/Unidad de Registro. *Asfixia*. 2011. Print.

"Funciones de los logopedas en los trastornos de la deglución y la alimentación: Reporte técnico." *Asociación americana del habla, lenguaje y audición. Asociación americana del habla, lenguaje y audición*. Web. 11 de noviembre de 2011 <<http://www.asha.org/docs/html/TR2001-00150.html>>.

*Secciones 2 y 4 Modificación de la textura de la dieta y la hidratación en casa. Manual de dieta del Departamento de Servicios de Desarrollo, Agencia de Servicios Humanos y de Salud del estado de California*. Departamento de Servicios de Desarrollo del estado de California, 2010. Web.

Departamento de Retraso Mental del estado de Connecticut. Servicios Clínicos y de Salud. *Directrices para la identificación y el tratamiento de la disfagia y los riesgos de deglución*. por David Carlow. Web. 29 de noviembre de 2011 <[http://www.ct.gov/dds/lib/dds/health/health\\_standards\\_07-1\\_dysphagia.pdf](http://www.ct.gov/dds/lib/dds/health/health_standards_07-1_dysphagia.pdf)>.