**AULA PRÁTICA DISFAGIA- EXPERIMENTOS**

**PRIMEIRA PARTE: ESPESSAMENTO E SABOR A ÁGUA E/OU LÍQUIDOS**

**Preparo de água com espessante caseiro com e sem sabor**

1. Sem sabor na consistência mel:

Descrição da forma de diluição: diluir a amostra do amido de milho em 300 ml de água e misturar para solubilizar (5% de amido). Levar ao aquecimento até atingir o espessamento desejado misturando sempre. Cuidado para não formar grumos. Caso necessite de mais espessante para você obter a consistência desejada você poderá utilizar. Cuidado para não exceder na quantidade utilizada.

1. Com sabor na consistência mel:

Descrição da forma de diluição: utilizar a metade da preparação acima no preparo. Separar o suco concentrado de fruta desejado (preferência limão). Adicionar de 1 a 2 colheres de sopa do suco concentrado coado desejado para o sabor escolhido. Se desejar pode adicionar mais suco.

**Obs.:** Degustar todas as preparações após o preparo. Lembrem-se que seus pacientes farão uso desta mesma preparação.

**Preparo de água com espessante culinário com e sem sabor**

1. Sem sabor na consistência mel

Descrição da forma de diluição: diluir a amostra do espessante em 300 ml de água levemente aquecida e misturar para solubilizar (1,1% de espessante). Caso necessite de mais espessante para você obter a consistência desejada você poderá utilizar. Cuidado para não exceder na quantidade utilizada. Este espessante apresenta maior dificuldade de diluição. Misturar forçadamente com mix ou um liquidificador se desejar.

1. Com sabor na consistência mel

Descrição da forma de diluição: utilizar a metade da preparação acima no preparo. Separar o suco concentrado de fruta desejado (preferência limão). Adicionar de 1 a 2 colheres de sopa do suco concentrado coado desejado para o sabor escolhido. Se desejar pode adicionar mais suco.

**Obs.:** Degustar todas as preparações após o preparo. Lembrem-se que seus pacientes farão uso desta mesma preparação.

**Preparo de água com espessante industrializado com e sem sabor**

1. Sem sabor na consistência mel

Descrição da forma de diluição: diluir a amostra do espessante em 300 ml de água e misturar para solubilizar (5% de espessante). Caso necessite de mais espessante para você obter a consistência desejada você poderá utilizar. Cuidado para não exceder na quantidade utilizada. Este espessante apresenta maior facilidade para a diluição. Não é necessário aquecer.

1. Com sabor na consistência mel

Descrição da forma de diluição: utilizar a metade da preparação acima no preparo. Separar o suco concentrado de fruta desejado (preferência limão). Adicionar de 1 a 2 colheres de sopa do suco concentrado coado desejado para o sabor escolhido. Se desejar pode adicionar mais suco.

**Obs.:** Degustar todas as preparações após o preparo. Lembrem-se que seus pacientes farão uso desta mesma preparação.

**SEGUNDA PARTE: ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL DE PACIENTES DISFÁGICOS**

Prepare um material de orientação nutricional para pacientes disfágicos.

Primeiramente este material deve ser por escrito com todas as orientações necessárias para seu preparo e ingestão.

Ilustre sua orientação a partir do material produzido nos experimentos anteriores.

Escolha uma das situações abaixo para elaborar sua orientação nutricional:

**Situação a)** O seu grupo ficará responsável por elaborar a orientação nutricional a partir do experimento do líquido **com sabor** com uso de espessante **culinário e industrializado**.

**Ou**

**Situação b)** O seu grupo ficará responsável por elaborar a orientação nutricional a partir do experimento do líquido **com sabor** com uso de espessante **caseiro e industrializado**.

Obs.: Você poderá aproveitar da experiência anterior com os espessantes utilizados para compor sua orientação.

ROTEIRO DE RELATÓRIO DE ATIVIDADES

**PRIMEIRA PARTE: ESPESSAMENTO E SABOR A ÁGUA E/OU LÍQUIDOS**

- Deixe o registro fotográfico das fases do preparo com identificação de cada preparação da seguinte forma:

Fase 1 - Separação dos ingredientes;

Fase 2 – Mistura e manipulação dos ingredientes;

Fase 3 - Resultado final da preparação sendo manipulada para registro da consistência.

Obs.: Não esqueça de identificar o grupo.

Faça comentários finais quanto a:

1 - Limitações (facilidades e dificuldades no preparo) dos espessantes;

2 - Sabores dos espessantes;

3 - Apresentação final e estabilidade das preparações. Apenas avaliação por observação.

**SEGUNDA PARTE: ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL DE PACIENTES DISFÁGICOS**

Orientação nutricional elaborada para espessamento de água e líquidos para pacientes disfágicos a partir dos experimentos realizados anteriormente.

**EXEMPLO DE ORIENTAÇÃO RETIRADO DE UM HOSPITAL ESCOLA**

**PREPARO DE ÁGUA COM ESPESSANTE CASEIRO E COM SABOR**

INGREDIENTES

- Água filtrada, fria – 1000 ml

- Amido de milho (tipo maisena) – 1 copinho e meio descartável de café

- Suco puro e coado de maracujá ou limão – quantidade suficiente para dar leve sabor (1 a 2 colheres sopa).

MODO DE PREPARO

Dissolver a maisena na água e levar ao fogo para engrossar, mexendo sempre para não formar grumos;

Deixar esfriar;

Misturar o suco;

Colocar em geladeira;

Oferecer ao paciente várias vezes ao dia, dividido em porções de 100 ml ou mais, conforme aceitação.

Oferecer entre 1 e 1,5 litros ao dia ou mais, se sede.

**OBS.: Opção de espessante alimentar industrializado:** apenas misturar com água, conforme instrução do rótulo. Não necessita levar ao fogo.

- Thicken Up Clear

- Nutilis

- Bem Vital

- Outro similar, conforme preferência.