

## Mi perfil de alimentación

---

Esta herramienta se puede distribuir a los profesionales de apoyo directo (DSP) para ayudarles a trabajar junto con las personas que apoyan para evitar la asfixia. Esta herramienta también tiene ejemplos de los tipos de alimentos y hábitos alimenticios que pueden provocar asfixia.

Este perfil es para: \_\_\_\_\_

La información de esta persona se obtuvo de (seleccione todas las opciones que correspondan):

- Médico de cuidado personal
- Nutricionista/dietista
- Proveedor/DSP
- Familia
- Otro

¿Esta persona ha tenido un incidente de asfixia en el último año?  
Sí/No

En caso afirmativo, describa las circunstancias:

Posición sentada más saludable para este individuo:

Alimentos favoritos:

Tamaño de mordida apropiado:

Bebidas favoritas:

Consistencia apropiada de las bebidas:

Hábitos de comidas:

Qué observar:



### **Cosas que debe saber mientras completa el perfil:**

El perfil de esta persona debe incluir lo que le gusta, lo que no le gusta y hábitos alimenticios. Le ayudará a comprender qué debe vigilar para evitar incidentes de asfixia.

### **La posición sentada más saludable:**

Para muchas personas, la posición más saludable para comer es sentarse erguido en un ángulo de 90 grados. Sin embargo, todos son diferentes. Pregúntele a un profesional médico cuál debería ser la posición ideal para sentarse para la persona apoyada.

### **Alimentos que a menudo conducen a la asfixia:**

- Perritos calientes
- Carne
- Pizza
- Espagueti
- Melón
- Sándwiches
- Pastel
- Donuts
- Nueces
- Verduras crudas
- Caramelos duros
- Maíz
- Palomitas de maíz
- Uvas
- Frijoles
- Galletas
- Mantequilla de maní
- Papas fritas

### **Hábitos alimenticios que a menudo conducen a la asfixia:**

- Comer sin estar sentado
- Comer rápido
- Bocados demasiado grandes.
- Tener demasiado en la boca a la vez
- Llevarse otras cosas a la boca o comer otros artículos que no sean alimentos