

RECEITAS

NUTRIÇÃO

> Disfagia-Líquidos



Disfagia

#1

Café espessado

1 pessoa Calorias/pessoa

5 min.

0 kcal

Sai um café fresquinho! Esta bebida essencial pode voltar a fazer parte dos seus dias. Conheça a nossa sugestão para voltar a saborear um café com toda a segurança.



Modo de preparação

Comece por envolver o café com a água quente. Junte a goma xantana e emulsione tudo num copo misturador até obter a fase pretendida e uma consistência homogênea.



Ingredientes

- 1 colher de chá de café solúvel
- 50 ml água
- 2 g goma xantana



YUM

Disfagia

#2 Café com leite

4 pessoa | fibra/pessoa | calorias/pessoa | proteína/pessoa
5 min. | **0.5 g** | **23 kcal** | **2 g**

As suas manhãs vão voltar a ter o sabor de sempre. É muito simples preparar um delicioso e cremoso café com leite, que pode beber em segurança. Veja como e acorde para esta maravilha.



Modo de preparação

Comece por envolver o café com a água quente e o leite/bebida vegetal. Junte a goma xantana e emulsione tudo num copo misturador até obter a fase pretendida e uma consistência homogénea.

Nota: Para mais receitas de batidos adaptados para disfagia, por favor consulte as receitas do tema obstipação.



YUM

Ingredientes

- 1 colher de chá de café solúvel
- 50ml água
- 50 ml leite/bebida vegetal
- 2g goma xantana



Disfagia

#3 Sumo de laranja, com espessante

1 pessoa fibra/pessoa calorias/pessoa proteína/pessoa
15 min. **6.5 g** **135 kcal** **3.5 g**

Um pequeno-almoço completo pede um copo de sumo de laranja fresquinho e nada melhor do que um toque de hortelã para acentuar essa frescura. Esta é uma receita que pode preparar com espessante, para maior comodidade e segurança, ou sem espessante.



Modo de preparação

Esprema as laranjas, junte a hortelã fresca. Junte a goma xantana e emulsione tudo num copo misturador até obter a fase pretendida e uma consistência homogénea.



Ingredientes

- 2 laranjas
- Hortelã fresca
- 2 g goma xantana



YUM

Disfagia

#4 Sumo de laranja, naturalmente espesso

1 pessoa fibra/pessoa calorias/pessoa proteína/pessoa
15 min. **6 g** **135 kcal**

Esta é uma forma natural de degustar um delicioso e refrescante sumo de laranja, com toda a segurança e comodidade. É fácil, quer experimentar?



Ingredientes

- 2 laranjas
- Hortelã fresca
- 30ml água/infusão fria de erva-limeira

Modo de preparação

Descasque as laranjas e triture-as, inteiras, com a hortelã fresca numa liquidificadora. Adicione 30ml de água/infusão de erva-limeira e misture até obter uma consistência homogênea.



YUM

Estas receitas foram desenvolvidas em parceria com a nutricionista Dra. Diana Miranda, especialista em doenças neurodegenerativas, a terapeuta da fala Dra. Rita Cardoso, especialista em problemas decorrentes da Doença de Parkinson e de outras perturbações ao nível do movimento e o Chef Fábio Bernardino.

Recomendamos que consulte o seu médico antes de iniciar qualquer intervenção de nutrição.

Esta informação não se destina a substituir a avaliação médica, nem o julgamento clínico da indicação ou riscos de um procedimento para cada pessoa com doença de Parkinson. Deve consultar o seu médico acerca da sua doença de Parkinson. O site bial-keepiton.pt não presta aconselhamento médico, diagnóstico ou tratamento.

Os dados, opiniões, e conclusões expressos não refletem necessariamente os pontos de vista de Bial, mas apenas os dos autores, e não dispensam a consulta de um profissional de saúde. Bial não se responsabiliza pela atualidade da informação, por quaisquer erros, omissões ou imprecisões.