Dott. Mella Emilio
Logopedista
Master universitario di I livello in Deglutologia
Master Universitario di I livello in Deglutologia neonatale e pediatrica
+393517679894 – info@logopedistaemiliomella.com
Studio Paroletcom – Via Piffetti 35 (TO)
Studio LP – Parole in Apprendimento – Via Muratori 32 (TO)
Studio Spazio Lento – Via Juvarra 16 (TO)

LE CONSISTENZE DEI CIBI IN BREVE

Classificazione internazionale IDDSI (International Dysphagia Diet Standardisation Initiative)

IDDSI descrive liquidi e cibi con una scala da 0 a 7, usata in ospedale, a casa e in struttura. Il livello adatto a ciascuno va indicato dal logopedista dopo la valutazione.

LIQUIDI

Livello	Descrizione ed esempi
0 – Liquido	Scorre come l'acqua. Acqua, tè, latte.
1 – Leggermente denso	Poco più denso dell'acqua, passa da una tettarella o una cannuccia.
2 – Poco denso	Scende dal cucchiaio velocemente; si beve con sforzo dalla cannuccia. Es. succo di frutta denso.
3 – Moderatamente denso	Si beve dal bicchiere o si mangia col cucchiaio; scende lento. Es. yogurt da bere, sciroppo.
4 – Molto denso	Sta sul cucchiaio e non scorre; non si beve. Es. budino, crema.

CIBI

Livello	Descrizione ed esempi
3 – Liquidizzato	Liscio, si beve o si mangia col cucchiaio. Es. vellutata, frullato.
4 – Omogeneizzato	Liscio, senza grumi, sta sul cucchiaio. Non richiede masticazione. Es. purè, omogeneizzato.
5 – Tritato e umido	Pezzetti piccoli e umidi (nell'adulto fino a 4 mm, nel bambino fino a 2 mm). Es. carne macinata in sugo, pastina.
6 – Morbido e a pezzi	Pezzi morbidi che si schiacciano con la forchetta (nell'adulto fino a 1,5 cm, nel bambino fino a 8 mm). Es. pesce morbido, verdure ben cotte.
7 – Normale	Cibi di tutti i giorni. Esiste anche il livello "facile da masticare", con cibi teneri di dimensioni normali.

CIBI CHE RICHIEDONO ATTENZIONE

Quando masticare o deglutire è difficile, questi alimenti sono più a rischio:

- Consistenze miste, con liquido e pezzi insieme (minestrone, latte e cereali, frutta molto acquosa)
- Cibi duri o secchi (frutta secca, cracker, grissini, pane tostato)
- Cibi filamentosi o fibrosi (fagiolini, ananas, carne fibrosa)
- Cibi tondi e lisci (uva, pomodorini, olive): nei bambini piccoli vanno sempre tagliati in quarti per il lungo
- Cibi appiccicosi (pane morbido in boccone grande, burro di arachidi, formaggi filanti)
- Pelli e bucce (piselli, legumi, frutta con buccia)

Questa scheda ha scopo informativo generale e non sostituisce la valutazione logopedica e medica. Le indicazioni su cibi, liquidi e postura vanno personalizzate per ogni persona. Fonte della classificazione: iddsi.org.

Log. Deglutologo
Dott. Emilio Mella