



# 6

## TENERO & SPEZZETTATO



### Livello 6 Tenero Spezzettato per Adulti

#### Qual è questo Livello di consistenza del cibo?

Livello 6 – Cibi Teneri Spezzettati:

- Morbido, tenero e umido, ma senza perdite/ gocciolamenti di liquido sottile dal cibo
- **Non** è richiesta la capacità di “mordere” un pezzo di cibo
- **E’ richiesta** la capacità di masticare pezzi “delle dimensioni di un morso” in modo che sia sicura la deglutizione
- Pezzi a misura di morso non più grandi di 1.5 cm x 1.5 cm
- Il cibo può essere schiacciato/ scomposto con la pressione della forchetta
- **Non** è necessario un coltello per tagliare questo cibo



Perchè questo livello di consistenza del cibo è usato per gli adulti? □

Livello 6 – Il cibo Tenero & Spezzettato può essere usato se non sei in grado di mordere pezzi di cibo in modo sicuro, ma sei in grado di masticare piccoli pezzi che sono sicuri da ingoiare. Alimenti morbidi e di dimensioni ridotte hanno bisogno di una moderata quantità di masticazione, affinché la lingua “raccolga” il cibo in una palla e lo porti alla parte posteriore della bocca per la deglutizione. I pezzi hanno le dimensioni di un morso per ridurre il rischio di soffocamento. Se noti che i pezzi di cibo non sono masticati bene, contatta il tuo medico per assicurarti di utilizzare la corretta consistenza del cibo per ridurre il rischio di soffocamento. Gli alimenti Teneri & Spezzettati di dimensioni ridotte vengono consumati usando una forchetta, un cucchiaio o delle bacchette.

Come faccio a testare il mio cibo per assicurarmi che sia di Livello 6 Tenero & Spezzettato? E’ più sicuro testare gli alimenti Teneri & Spezzettati utilizzando il test di pressione della Forchetta IDDSI

Guarda I video del Test di pressione della Forchetta

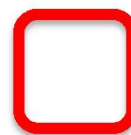
[www.IDDSI.org/framework/food-testing-methods/](http://www.IDDSI.org/framework/food-testing-methods/) □

#### Test di pressione della forchetta IDDSI

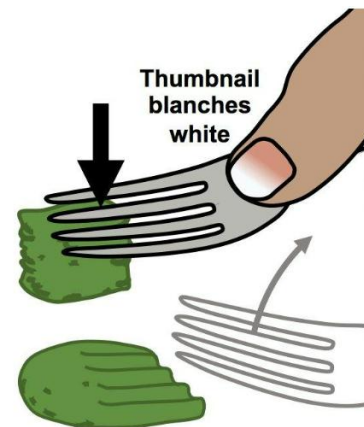
Per **Adulti** la dimensione del pezzo **non è maggiore di 1.5cmx1.5cm**, che è circa la **larghezza** di una forchetta standard da cena.

**Per assicurarti che il cibo sia abbastanza morbido**, premere la forchetta fino a quando l’unghia diventa Bianca, quindi sollevare la forchetta per vedere che il cibo sia completamente schiacciato e non riprenda la sua forma

Non più grande di dimensione del morso di 1.5 cmx1.5cm per adulti



**Tenero & Spezzettato**  
**Il cibo deve passare entrambi i test taglio e morbidezza!**





# 6

## TENERO & SPEZZETTATO



### ESEMPI di Livello 6 Cibo Tenero & Spezzettato per Adulti

- \* Carne tenera e tritata in modo che i pezzi non siano più grandi di dimensioni del pezzo di 1.5 cm x 1.5 cm. Se non si può servire morbido e tenero servire come Tritato fine & Umido
- \* Pesce cotto abbastanza morbido da rompersi e servire a pezzi non più grandi di 1.5cmX1.5cm1.5cmx1.5cm
- \* **Frutta** morbida e tagliato a pezzi non più grandi di 1.5cmx1.5cm (scolare il liquido in eccesso) Non usare le parti fibrose del frutto (ad esempio le parti bianche di un'arancia). Fai molta attenzione se stai mangiando frutta con un elevato contenuto d'acqua, dove il succo si separa dal solido in bocca durante la masticazione (ad es. Frutta come anguria o altri meloni)
- \* Verdure a vapore o bollite con dimensioni finali di cottura non superiori a 1.5cmx1.5 cm (Saltate in padella le verdure sono **troppo secche** e **non** sono adatte)
- \* Cereale servito con pezzi non più grandi di 1.5cmx1.5cm, con la loro consistenza completamente ammorbidita. Drenare il liquido in eccesso prima di servire.
- \* **NESSUN PANE SECCO REGOLARE** a causa **dell'alto rischio di soffocamento!** Guarda <https://www.youtube.com/channel/UC0I9FDjwJR0L5svIGCvIqHA/featured?reload=9> per istruzioni su come preparare un sandwich tritato e umido di Livello5, poiché è adatto anche per l'uso di una dieta morbida e a misura di morso.
- \* Riso richiede una salsa per inumidirlo e tenerlo insieme. Il riso **non** dovrebbe essere appiccicoso o coloso e dovrebbe **non** separare in singoli grani una volta cotti e serviti. Può chiedere una superficie spessa, liscia, non versando la salsa per inumidire e tenere insieme il riso



Guarda I video del Test di pressione della Forchetta

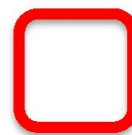
[www.IDDSI.org/framework/food-testing-methods/](http://www.IDDSI.org/framework/food-testing-methods/)

#### Test di pressione della forchetta IDDSI

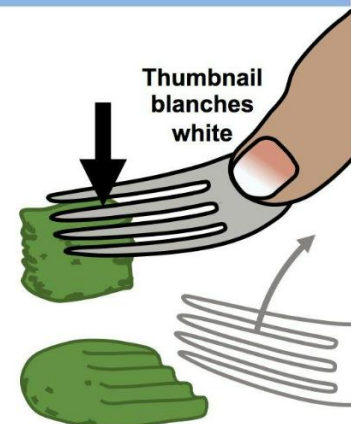
Per **Adulti** la dimensione del pezzo **non è maggiore di 1.5cmx1.5cm**, che è circa la **larghezza** di una forchetta standard da cena.

**Per assicurarti che il cibo sia abbastanza morbido**, premere la forchetta fino a quando l'unghia diventa bianca, quindi sollevare la forchetta per vedere che il cibo sia completamente schiacciato e non riprenda la sua forma

Non più grande di  
dimensione del morso di  
1.5 cmx1.5cm per adulti



**Tenero & Spezzettato**  
**Il cibo deve passare entrambi i**  
**test taglio e morbidezza!**





# 6

## TENERO & SPEZZETTATO



Per sicurezza **EVITARE** queste consistenze alimentari che presentano un rischio di soffocamento per gli adulti che hanno bisogno di cibo Tenero & Spezzettato di Livello 6

Caratteristiche del cibo da EVITARE	Esempi di cibi da EVITARE
<b>Texture miste sottili +spesse</b>	Zuppa con pezzi di cibo, cereali con latte
<b>Cibo duro e secco</b>	Frutta a guscio, verdure crude(es. Carote, cavolfiori, broccoli) dolci secchi, pane, cereali secchi
<b>Cibi duri o fibrosi</b>	Bistecca, ananas
<b>Gommoso</b>	Lecca-lecca/caramelle/dolci, pezzi di formaggio, marshmallows, gomme da masticare, purè di patate appiccicoso, frutta secca, cibi appiccicosi
<b>Crocante</b>	Pancetta croccante, croccante, cornflakes
<b>Cibo Croccante</b>	Carota cruda, mela cruda, popcorn
<b>Aguzzo o appuntito</b>	Chips o patatine di mais
<b>Pezzi friabili</b>	Crumble di torta secca, biscotti secchi
<b>Semi</b>	Semi di mela, semi di zucca, bianco di un'arancia
<b>Alimenti con la buccia o il guscio esterno</b>	Piselli,uva, pelle di pollo, pelle di salmone, pelle di salsiccia
<b>Alimento con buccia</b>	Mais, frumento macinato, crusca
<b>Osso o cartilagine</b>	Lische di pollo, lische di pesce, altre ossa, carne con cartilagine
<b>Alimento tondo, di forma allungata</b>	Salsiccia, uva
<b>Cibo appiccicoso o gommoso</b>	Burro di nocciolino, farina d'avena/porridge stracotto, gelatina commestibile, konjac contenente gelatina, torte di riso appiccicose
<b>Cibo a pasta filata</b>	Fagioli, rabarbaro
<b>Cibi Flosci</b>	Lattuga, cetriolo, foglie di spinaci novelli crudi
<b>Crosta formata durante la cottura o il riscaldamento</b>	Crosta o pelle che si forma sul cibo durante la cottura o dopo il riscaldamento, ad esempio topping al formaggio, purè di patate
<b>'Floscio" cibo</b>	Lattuga, cetriolo, foglie di spinaci novelli
<b>Cibo "Succoso"</b>	Dove il succo si separa dal pezzo di cibo in bocca, ad esempio l'anguria
<b>Grumi visibili</b>	Grumi nella purea di cibo o yogurt
<b>Extra Clinician notes</b>	