

# EAT-10: Despistaje de la Disfagia

APELLIDOS	NOMBRE	SEXO	EDAD	FECHA
-----------	--------	------	------	-------

## OBJETIVO:

El EAT-10 le ayuda a conocer su dificultad para tragar.  
Puede ser importante que hable con su médico sobre las opciones de tratamiento para sus síntomas.

## A. INSTRUCCIONES:

Responda cada pregunta escribiendo en el recuadro el número de puntos.  
¿Hasta que punto usted percibe los siguientes problemas?

### 1 Mi problema para tragar me ha llevado a perder peso.

0 = ningún problema  
1  
2  
3  
4 = es un problema serio

### 6 Tragar es doloroso.

0 = ningún problema  
1  
2  
3  
4 = es un problema serio

### 2 Mi problema para tragar interfiere con mi capacidad para comer fuera de casa

0 = ningún problema  
1  
2  
3  
4 = es un problema serio

### 7 El placer de comer se ve afectado por mi problema para tragar.

0 = ningún problema  
1  
2  
3  
4 = es un problema serio

### 3 Tragar líquidos me supone un esfuerzo extra.

0 = ningún problema  
1  
2  
3  
4 = es un problema serio

### 8 Cuando trago, la comida se pega en mi garganta.

0 = ningún problema  
1  
2  
3  
4 = es un problema serio

### 4 Tragar sólidos me supone un esfuerzo extra.

0 = ningún problema  
1  
2  
3  
4 = es un problema serio

### 9 Toso cuando como.

0 = ningún problema  
1  
2  
3  
4 = es un problema serio

### 5 Tragar pastillas me supone un esfuerzo extra.

0 = ningún problema  
1  
2  
3  
4 = es un problema serio

### 10 Tragar es estresante.

0 = ningún problema  
1  
2  
3  
4 = es un problema serio

## B. Puntuación:

Sume el número de puntos y escriba la puntuación total en los recuadros.

Puntuación total (máximo 40 puntos)

## C. QUÉ HACER AHORA:

Si la puntuación total que obtuvo es mayor o igual a 3, usted puede presentar problemas para tragar de manera eficaz y segura. Le recomendamos que comparta los resultados del EAT-10 con su médico.

**Referencia:** Se ha determinado la validez y fiabilidad del EAT-10.

Belafsky PC, Mouadeb DA, Rees CJ, Pryor JC, Postma GN, Allen J, Leonard RJ. Validity and Reliability of the Eating Assessment Tool (EAT-10). *Annals of Otolaryngology & Laryngology* 2008;117(12):919-924.