

# DIVERSAMENTE SOLIDO

DISFAGIA FRA QUOTIDIANITÀ E SOCIALITÀ

24 giugno 2021



# RICETTARIO



PDF del freebie su  
instagram



E-book disponibile su  
Amazon Kindle per  
ebook, tablet, cellulare

# L'IDEA DEL RICETTARIO

NATA DALL'ESPERIENZA «NEGATIVA» NELLA RICERCA DI RICETTE ADATTE

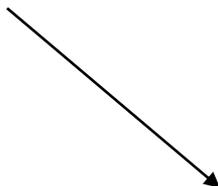
NECESSITA' DI CAMBIARE SAPORI

CONTINUA RICERCA DI CONSISTENZE ADATTE, METODOLOGIE, TRUCCHI DEL MESTIERE

STUDIO DELLE RICETTE «CLASSICHE»



- POCHE RICETTE SU INTERNET
- RICETTE PROPOSTE SEMPRE CON GUSTI MONOTONI
- ESIGENZA DI DIFFONDERE IL TEMA DELLA DISFAGIA
- ALTA RICHIESTA DA PARTE DEI LOGOPEDISTI
- AIUTO DA PARTE MIA ALLE PERSONE DISFAGICHE TRAMITE I PROFESSIONISTI -> alti numeri raggiunti con freebie



The screenshot shows a Google search for "RICETTE PER DISFAGICI". The search bar contains the text "RICETTE PER DISFAGICI". Below the search bar, there are several search filters: "Tutti", "Immagini", "Shopping", "Maps", "Notizie", "Altro", and "Strumenti". The search results show approximately 90,800 results in 0.47 seconds. The first result is an advertisement from "www.nutricia.it/nutricia/disfagia" titled "Ricette Disfagia - Ricette per Disfagici". The second result is an advertisement from "www.nestlehealthscience.it/disfagia/ricette" titled "Ricette e Menù Disfagia - Per Mangiare Tranquilli". The third result is from "https://www.disabili.com" titled "Ricette per chi ha la disfagia - Disabili.com". The Windows taskbar at the bottom shows the time as 13:59 on 23/06/2021.

# IL NOME

«Ricettario *diversamente* solido» perché non volevo fosse direttamente etichettabile come «cibo per disfagici».

È cibo adatto a tutti, con consistenze diverse dal consueto, ma appetibile, buono, gustoso.

È quindi condivisibile ed è un punto d'incontro tra la normalità e la disfagia.

Quest'ultima non deve essere vista come una malattia, ma una condizione di vita che non ci deve isolare.

PER QUESTO...



# IMPORTANZA DEL PASTO E NON SOLO DELLE KCAL

.. HO OPTATO PER UNA SUDDIVISIONE DEL RICETTARIO IN PORTATE



Pasto a più portate

Suddivisione dei sapori

NO PAPPONI

Sì approccio positivo al cibo

<p style="text-align: center;">INDICE</p> <p><b>PRIMI PIATTI</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Crema di porri e cannellini</li><li>• Crema patate dolci e topinambur</li><li>• Vellutata di cipolle</li><li>• Crema di zucchine con accompagnamento di besciamella allo zafferano</li></ul> <p><b>SECONDI PIATTI e CONTORNI</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Purea di carote alla cipolla</li><li>• Mousse di tonno ricca</li><li>• Pizza morbida</li><li>• Uova sode e strapazzate</li></ul> <p><b>DOLCI</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Torta del compleanno</li><li>• Mousse di cacao al cocco</li><li>• Tiramisù</li><li>• Semifreddo al miele</li></ul>
---

QUESTO PERCHÉ NON MI PIACE LA POLITICA DEL «MANGIARE PER INGERIRE CALORIE»

## ESEMPI DI

– MODIFICA CONSISTENZA DEL CIBO TAL QUALE \*

– CIBO ADATTO A DISFAGICI \*\*



## \*NON AVER PAURA DI SPERIMENTARE

La paura, il timore, l'umiliazione che si possono provare al dover frullare qualsiasi cibo sono forti. Ma più forte dev'essere il bene che ci vogliamo e l'importanza della nostra salute.

## \*\*L'IMPORTANZA DI CONDIVIDERE

Solitudine durante i pasti, i piccoli gesti che mancano.

**«Mangiare diversamente solido non ci toglie la dignità, ci permette di avere la speranza di continuare a migliorare e a vivere questa meravigliosa vita. Perché ricordiamoci che nonostante le difficoltà, nonostante il dolore, siamo qui e siamo vivi. Ed è la cosa più bella che ci possa accadere.»**



INSTAGRAM e FB @dysphagiafoods  
EMAIL dysphagiafoods@gmail.com



A screenshot of the Instagram profile page for 'dysphagiafoods'. The profile picture is a circular logo featuring a chef's hat and the word 'DYSPHAGIA'. The bio reads: 'Dysphagia foods - Disfagia 🇮🇹 Claudia, disfagica dal 2010. Brescia 🇮🇹 Invento ricette per persone con disfagia 📄 collab: dysphagiafoods@gmail.com 📄 qui trovi il mio ricettario! See translation www.amazon.it/dp/B092K8GP5X Followed by letizialeni, malaguzziroberto and 58 others'. Below the bio are buttons for 'Following', 'Message', and 'Email addr...'. There are also icons for 'dysphagia...', '#GIFTED', 'Eat Out', 'Project', and 'My'. The main feed shows a grid of images, including a woman drinking from a cup, a bowl of green soup, and a landscape photo.

