



De izquierda a derecha: Lydia Micó, Imma Girba, Laura Bellés y Alma Palau, moderadora de la mesa. ©Eduardo\_Alapont.

## Alimentar bien para vivir mejor, un compromiso ineludible con todas las colectividades

15-11-2017

**Instituciones, empresas y consumidores son conscientes de lo que significa una alimentación saludable para asegurar el normal funcionamiento de nuestro cuerpo y mantenernos sanos; un criterio que ha sido plenamente asumido por las empresas de restauración colectiva en su compromiso con los colectivos a los que sirven. Con la colaboración del Codinuova, el Congreso de Restauración Colectiva, 2017, incluyó en su programación una mesa bajo el título 'Alimentación para una vida mejor'.**

Precisamente, por su indiscutible interés, el Congreso de Restauración Colectiva' (CRC'17), abordó en dos de sus mesas las temáticas de una alimentación saludable para vivir mejor, y las tendencias y nuevos conceptos en restauración colectiva. La primera de estas mesas, moderada por **Alma Palau**, directora de Nunut y presidenta del Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunidad Valenciana (Codinuova), dio comienzo con una ponencia sobre 'Alimentación saludable en las escuelas infantiles: ¿realidad o ficción?' a cargo de **Lydia Micó**, dietista nutricionista de la Clínica Universitaria de Nutrición, Actividad Física y Fisioterapia (Cunaff), Fundació Lluís Alcanyís, Universitat de València y miembro de Codinuova.

### Escuelas infantiles y residencias... dos colectivos especialmente vulnerables

La ponente situó la franja de edad de las escuelas infantiles entre los cuatros y seis meses hasta los tres años. "En esta etapa es en la que los niños empiezan a conocer la comida, a distinguir olores, prueban sabores, texturas, degustan los alimentos, y desde el punto de vista de las escuelas infantiles, es una etapa importante para fomentar un buen estado nutricional y generar el aprendizaje de hábitos saludables". Sin embargo, estas escuelas se encuentran con un serio hándicap a la hora de establecer los requerimientos nutricionales básicos en estas edades, dado que según Micó, "existe una falta de consenso a nivel científico a la hora de determinar estos requerimientos, por lo que las escuelas lo tienen complicado para diseñar menús saludables. Sin embargo, a partir de los cuatro años, ya en la edad escolar, sí existen guías alimentarias y documentación específica al respecto".

Después de hacer un repaso por los diferentes requerimientos y alimentos más propicios, a modo de conclusión la ponente explicó que para fomentar los menús saludables en escuelas infantiles es necesario: rebajar el consumo de proteína de origen animal y el de productos procesados, y aumentar el consumo de legumbres, verduras y frutas, incrementando también la variedad de alimentos dando prioridad al producto de proximidad. *“También es básica la formación tanto del personal del centro (monitores, equipo directivo y personal de cocina) como de las propias familias en aspectos de alimentación saludable, aplicando este concepto no sólo en la comida principal del día, sino en todas las demás, para la mejora del crecimiento y evolución de los más pequeños”.*

La ‘Alimentación en residencias de la tercera edad. Diferencias culturales en la concepción del menú’ fue la segunda ponencia de esta mesa, impartida por **Inma Girba**, directora de Rollingfood y miembro también de Codinucova. Habló de las necesidades de un colectivo institucionalizado, el de la tercera edad, que comienza en los 60 años hasta su fallecimiento en la mayoría de los casos. Un colectivo que se caracteriza por la prevalencia de diferentes patologías relacionadas con hábitos de vida y alimentación (obesidad, déficit de nutrientes, malnutrición, y enfermedades cardíacas, osteoporosis y cáncer). *“El factor de las patologías, unido al de la polimedicación, afecta enormemente al estado nutricional, teniendo en cuenta que para las personas mayores el acto de comer es importantísimo en sus vidas. Va más allá del hambre. Es relacional y social con sus seres queridos y prefieren las comidas caseras. Lo que lleva a una prevalencia de la desnutrición que en residencias alcanza entre el 30-60%”.* Tras enumerar una serie de factores que inciden en el contexto de las personas mayores institucionalizadas, con claras diferencias entre la cocina in situ y la transportada, la ponente enumeró a modo de conclusión, las carencias más importantes que se dan en el servicio a este colectivo, tales como: la imposibilidad, en la mayoría de los casos, de poder personalizar la dieta de cada paciente acorde a sus necesidades fisiopatológicas y a sus gustos; la imposibilidad de poder elegir el menú diario; y en muchos casos, la comida se asemeja a la de los colegios, sobre todo en cocina transportada, cuando se trata de grupos de edad completamente diferentes, con gustos y necesidades distintas.

### Pescado fresco en el menú de colectividades

La tercera ponencia de esta mesa se dedicó a una interesante y novedosa iniciativa, como es el fomento del consumo de ‘El pescado fresco en colectividades educativas’, que fue expuesta por **Laura Bellés**, directora de Intur Restauración Colectiva. En su intervención, Bellés explicó el origen de este [proyecto](#), que partió de la firma castellonense de la que es directora, y por el cual desde hace unos meses se está sirviendo pescado fresco a 1.200 escolares, comprado directamente en la Cofradía de Pescadores Sant Pere del Grau de Castellón. Una iniciativa que se enmarca en la filosofía de la empresa de favorecer el consumo de alimentación de proximidad, y que valoró recientemente Manuel Peña, patrón mayor de la Cofradía de Pescadores de Sant Pere del Grau de Castellón, en una [entrevista de la que nos hicimos eco](#) en Restauración Colectiva.

– Os podéis descargar las ponencias de la mesa en este enlace: [Ponencias CRC'17](#).

– [Álbum de fotos CRC'17](#).

– [Vídeo resumen del CRC'17](#).

### Noticias Relacionadas

- [El Congreso de Restauración Colectiva avanza como el gran foro de comunicación del sector](#)
- [Un código de buenas prácticas, en materia de compras sostenibles, nos espera en Bruselas](#)
- [Comunicación: la gran asignatura pendiente del sector de la restauración social y colectiva](#)
- [La seguridad alimentaria: foco de atención prioritaria del sector y de nuestro congreso](#)
- [La evolución de los conceptos y las tendencias también tuvieron protagonismo en el CRC17](#)
- [Hacia una restauración sostenible, eficaz y comprometida, en todos los segmentos](#)
- [Conoce mejor las firmas que han apostado por el Congreso de Restauración Colectiva, 2017](#)



**Fiori Calvo** es licenciada en Ciencias de la Información y periodista especializada en restauración, alimentación y tecnología alimentaria. Ha trabajado durante 18 años en revistas del sector horeca, incluida una conocida publicación técnico-empresarial del sector de restauración social y de colectividades. También ejerce su actividad profesional como asesora y consultora de comunicación. @: [fioric@telefonica.net](mailto:fioric@telefonica.net)