



## El Hospital Virgen de la Torre mejora sus platos a través del color y la estimulación visual

16-11-2016

**‘Pon color a tu cocina’ es un proyecto llevado a cabo en el Hospital Virgen de la Torre de Madrid, por Verónica Chazín y Victoria Calvo, nutricionista y cocinera respectivamente, del centro. El objetivo ha sido trabajar la presentación de los platos, buscando un mayor estímulo visual que despierte el apetito de los pacientes y, con ello, mejore su calidad nutricional y su grado de satisfacción y placer a la hora de comer.**

El Hospital Virgen de la Torre fue uno de los galardonados en el *XVIII Congreso nacional de hostelería hospitalaria*, celebrado en Palma de Mallorca a principios de octubre. Concretamente, recibió el tercer premio por la comunicación titulada ‘Pon color a tu cocina’, cuyas autoras son **Verónica Chazín** y **Victoria Calvo**, nutricionista y cocinera respectivamente, de este centro sanitario público de la Comunidad de Madrid.

El trabajo galardonado refleja la creatividad e innovación que los profesionales de la cocina de este hospital han introducido para mejorar la presentación de los platos, buscando un mayor estímulo visual que despierte el apetito de los pacientes y, con ello, mejore su calidad nutricional.

En esta línea de trabajo, la iniciativa muestra que al modificar la presentación de los platos por una más visual y apetecible, se logró que un 63% de los pacientes mejorara su ingesta con respecto a la presentación tradicional. Además, su grado de satisfacción y motivación al comer mejoró en un 92%.

### El color en la alimentación... un valor que va más allá de la estética

Con el paso del tiempo la cocina ha ido evolucionando y la creatividad ha ido adquiriendo un papel más importante en ella, sin embargo, esta evolución ha quedado reducida a un segundo plano en el entorno de la cocina hospitalaria; es por eso que en el Hospital Virgen de la Torre se puso en marcha el proyecto *“Pon color a tu cocina”*.

Según explica Verónica Chazín, *“la diversidad de colores en la confección de los platos, no sólo aporta un agradable estímulo visual, sino que también brinda una gran cantidad de nutrientes, permitiéndonos convertir las dietas de nuestros pacientes en dietas mucho más saludables”*

Más del 70% de las decisiones que tomamos en nuestro día a día vienen influenciadas por el color, lo que demuestra la importancia que éste adquiere en el momento de elaborar un menú. Además, cuando hablamos de alimentación, el color es algo que va mucho más allá de lo puramente estético ya que cada color aporta una serie de nutrientes diferentes. La cromoterapia en cocina utiliza los colores para armonizar, estimular e incidir de diferentes formas en el organismo.

Como ejemplo, los colores rojos presentes en alimentos como tomates, pimiento rojo, manzana roja, rabanitos, fresas... nos aportan antioxidantes; los verdes que encontramos en lechuga, coles de Bruselas, espárragos verdes, alcachofas, brócoli, acelgas o espinacas... nos brindan ese efecto detoxificante; y los colores amarillos que podemos encontrar en plátanos, maíz, patatas, ciruelas amarillas, piña, limón... nos ayudan con la salud digestiva y de la piel.

*“Los colores no sólo hacen la comida más bonita, divertida y apetitosa, sino que son la clave para una dieta sana, y garantía de una ingesta de alimentos con bajo aporte calórico y alta cantidad en micronutrientes. Todo ello, nos ayuda además, a reducir el riesgo de desarrollar ciertas enfermedades cardiovasculares, cáncer y diabetes entre otras”,* según explican las autoras del proyecto. De hecho en Estados Unidos, las últimas investigaciones relacionan la calidad de la dieta, con el contenido de colores presente en esta.

### **Mejora la ingesta y la satisfacción con tan solo un desvío de siete minutos en la producción**

El objetivo general de ‘Pon color a tu cocina’ es ofrecer un mayor estímulo visual y despertar así el apetito en los pacientes, ya que al estar hospitalizados y enfermos, lo tienen muy disminuido. *“Algo que perseguimos todos los que trabajamos en cocina es poder regalar momentos de placer a nuestros pacientes a través de la alimentación”.* En segundo término, y no menos importante, está el potenciar la creatividad e innovación en la cocina hospitalaria, motivando a los trabajadores e invitándoles a investigar sobre nuevos tipos de cocción, nuevos alimentos, nuevos diseños...

Tal como comenta Victoria Calvo, *“la metodología que utilizamos para llevar a cabo este proyecto tuvo diferentes fases. En primer lugar, elegimos varios platos del menú para desarrollarlos y llevarlos hacia el objetivo buscado. Pensamos también en otras posibilidades con alimentos no utilizados habitualmente para diseñar presentaciones y diseños de platos que se adaptasen a las necesidades del paciente. Se evaluaron así mismo, los tiempos de preparación requeridos y la variación respecto a la presentación tradicional”.*

Superada la primera fase, se midió con el desbarasado de las comidas, el grado de aceptación de estos nuevos platos y, con una encuesta posterior a la ingesta, el nivel de satisfacción.

Los resultados de este trabajo muestran que un 63% de los pacientes mejoraba la ingesta con la nueva presentación de un mismo plato; y que el grado de satisfacción de los pacientes respecto a la presentación de los platos y una mayor motivación a la hora de comer mejoró en un 92%. Todo ello, con una diferencia de tiempo entre la elaboración tradicional y la nueva metodología, que no superó los siete minutos.

Con todo, las conclusiones a las que han llegado las autoras del proyecto es que se puede ofrecer una cocina más creativa e innovadora, nutricionalmente equilibrada, adaptada a las necesidades del paciente y, a su vez, cumpliendo con los tiempos de trabajo establecidos y sin precisar más recursos de los disponibles. Es importante tener en cuenta también, el aumento en la motivación de todo el equipo.

### **Esfuerzo constante por la mejora de la calidad asistencial**

Con este proyecto, el Hospital Virgen de la Torre ha querido mejorar la calidad asistencial, ofreciendo una cocina más innovadora y creativa, que proporcione una experiencia placentera a través de la alimentación.

El reconocimiento logrado en el pasado *Congreso nacional de hostelería hospitalaria*, viene a engrosar el importante palmarés que el Hospital Virgen de la Torre atesora en el ámbito de la cocina hospitalaria desde hace cinco años, fruto de los premios recibidos tanto en anteriores ediciones del *Congreso nacional de hostelería hospitalaria* (2012, 2013 y 2014), como en el *Congreso de la Sociedad Española de Nutrición Parenteral y Enteral* (2015), como en las *Jornadas de dietistas y nutricionistas de la Comunidad de Madrid*, celebradas en 2014.

### **Noticias Relacionadas**

- El Hospital Virgen de la Torre prepara sus terceras jornadas de cocina hospitalaria
- El Virgen de la Torre premiado por un estudio sobre dieta y deterioro cognitivo