



Recomendaciones para la compra de alimentos saludables y sostenibles en hospitales

13-09-2017

La organización *Health Care Without Harm Europe* ha presentado la versión española de su informe 'Alimentación fresca, saludable y sostenible: buenas prácticas en el sector sanitario europeo'; un estudio que recoge algunas de las mejores experiencias y buenas prácticas en materia de alimentación saludable y sostenible en hospitales. El documento formula además, algunas recomendaciones respecto a la compra de alimentos sostenibles y la prevención y reducción de residuos alimentarios.

Health Care Without Harm Europe (HCWH Europe / Salud Sin Daño Europa) ha publicado su informe en español 'Alimentación fresca, saludable y sostenible: buenas prácticas en el sector sanitario europeo'. Este informe es hasta la fecha, el único informe que recoge algunas de las mejores experiencias y buenas prácticas en materia de alimentación saludable y sostenible en hospitales y sistemas de salud en Europa.

La organización Salud Sin Daño Europa defiende que la alimentación es un componente central y esencial en la vida humana, ya que no sólo aporta nutrientes, sino que también juega un papel importante en la economía y la cultura de las personas. Además, los alimentos que se producen, consumen y eliminan tienen un impacto considerable sobre el medio ambiente y nuestra salud.

En el sector sanitario, la compra de alimentos, además de en los aspectos nutricionales, se centra a menudo en el control de los costes económicos, pero está comenzando a emerger una visión más holística que va a cambiar la manera de trabajar. Por ello, desde Salud Sin Daño ven necesario que los servicios de restauración sociosanitaria, se muevan hacia prácticas de producción, contratación, preparación, consumo y eliminación de los residuos, de una manera más saludable y sostenible.

El objetivo principal de este informe es destacar los desafíos que los hospitales europeos comparten para la ejecución de las políticas nacionales y europeas en materia de alimentación saludable y sostenible, y ofrecer algunas buenas prácticas que sirvan de ejemplo e inspiren a otros hospitales y sistemas de salud a seguir sus pasos. De hecho, el núcleo de este informe lo constituyen esas 22 prácticas recomendables y progresistas que demuestran que los centros sanitarios y sus cocinas son conscientes de la inmensa necesidad de cambio. Este informe ofrece también una introducción al contexto de la política europea para favorecer

prácticas alimentarias sostenibles.

En la encuesta sobre sistema de compras y gestión de desechos alimentarios, realizada entre los años 2014 y 2016 por dicha organización, se pone de manifiesto ya, la existencia de buenas prácticas en el sector sanitario europeo. De acuerdo con estas experiencias, HCWH Europe ha formulado algunas recomendaciones que tanto las instituciones como los responsables políticos deberían desarrollar, fomentar y poner en práctica para la compra de alimentos saludables y sostenibles, y la prevención y reducción de residuos alimentarios.

Elementos clave para una estrategia de compra de alimentos saludables y sostenibles

Existen todavía muchos desafíos y cuestiones que deben ser abordados en los hospitales europeos con respecto a la compra de alimentos saludables y sostenibles. En este sentido, se espera que se desarrollen nuevas directrices y normas a medida que se adquiera más experiencia, se promuevan más avances y mejoras, y se adapten las cadenas alimentarias de suministro. No obstante, el informe de HCWH Europe propone las siguientes recomendaciones como punto de partida:

1. Instalar una cocina que opere internamente en los hospitales e implementar una política de compra sostenible, que conceda prioridad a productos frescos, locales, de temporada y ecológicos.
2. Apoyar a los productores locales, regionales y de pequeña escala, y a las comunidades rurales al contratar productos alimentarios para la cocina del hospital. Esto reducirá la dependencia de alimentos procesados más caros, y facilitará la compra de productos frescos, locales, de temporada y ecológicos.
3. Proporcionar aperitivos y bebidas más saludables y de comercio justo en las máquinas expendedoras de los hospitales, en vez de aperitivos y bebidas gaseosas con alto contenido de grasas saturadas, sal y azúcar.
4. Reducir las raciones de carne y/o sustituirla con pescado fresco y productos vegetales ricos en proteínas de fuentes ecológicas y sostenibles.
5. Ofrecer más alimentos de origen vegetal (frutas y verduras, granos integrales, legumbres y frutos secos...) y asegurar que siempre haya fruta fresca disponible como postre en los menús.
6. Aprovechar el papel educativo de los hospitales, mostrando tanto al personal como a los pacientes cómo cambiar sus hábitos de alimentación, y animándoles a preparar las comidas en una manera más saludable, apetitosa y sostenible (por ejemplo, usando hierbas y especias para sazonar las comidas y reduciendo el uso de sal y azúcar).

Elementos clave para una estrategia de prevención y reducción de residuos alimentarios

En los hospitales y sistemas sanitarios, la reducción del desperdicio alimentario se ha convertido en una prioridad por su impacto ambiental y económico. Para ayudar a los hospitales a reducir el desperdicio alimentario se sugieren las siguientes cuestiones:

1. Realizar con regularidad encuestas de satisfacción, de manera que los menús se ajusten adecuadamente a las preferencias y los hábitos dietéticos de los pacientes. Si es preciso, modificar los menús para eliminar los ingredientes o platos más impopulares.
2. Establecer un procedimiento de pedido de alimentos sencillo y flexible, ofreciendo la oportunidad de cancelar las comidas.
3. Asegurar que se ofrecen diferentes tamaños de raciones a los pacientes (raciones grandes, estándar o pequeñas), y ayudarles a tomar mejores decisiones sobre el tamaño adecuado de la ración, el contenido nutricional y la disponibilidad de otras comidas alternativas.
4. Establecer horarios de comida 'protegidos' para que los pacientes tengan el tiempo necesario para terminar su comida sin ser interrumpidos.
5. Proporcionar ayuda a los pacientes con escasas habilidades o fuerza para abrir envases, cortar la carne o pelar la fruta.
6. Sensibilizar al personal, visitantes y pacientes, mediante el uso de bolsas de basura transparentes, sobre cuánta comida se desperdicia y qué tipos de comida son más propensos a ser desperdiciados.
7. Formar e informar al personal de cocina y plantas sobre las diferentes etapas de gestión del desperdicio alimentario, tales como almacenamiento eficiente, uso de utensilios adaptados a las diferentes raciones que se ofrecen, y las alternativas que existen para el reaprovechamiento del desperdicio alimentario.
8. Organizar grupos de trabajo (involucrando a pacientes, personal administrativo, personal sanitario y personal de cocina) para discutir y probar diversas innovaciones culinarias, tales como ajustar las comidas para adaptarlas a los requisitos específicos de ciertos pacientes, mejorar la presentación de los platos, y compartir información sobre la estrategia contra el desperdicio alimentario del hospital.
9. Controlar y medir el desperdicio alimentario (tanto en términos de peso como costes); evaluar qué alimentos se desperdician más y dónde (cocina, comedor y plantas) a fin de optimizar la producción de comidas teniendo en cuenta las preferencias, elecciones y necesidades de los pacientes.
10. Explorar alternativas para redistribuir los alimentos sobrantes, por ejemplo donándolos a bancos de alimentos (u otros servicios caritativos) o convirtiéndolos en energía.

Responsabilidad de la administración en las políticas alimentarias

Según el informe, los responsables políticos europeos deberían trabajar para facilitar la implementación de políticas alimentarias saludables y sostenibles en todos los sectores de servicios de restauración, incluyendo el sector sanitario. A este fin deberían:

- Proporcionar una definición de alimentos saludables y sostenibles a nivel de la UE, incluyendo alimentos frescos,

ecológicos o producidos con métodos de control integrado de plagas (CIP), producidos localmente, de temporada, con altos niveles de vitaminas, minerales y ácidos grasos esenciales, y bajos niveles de grasas saturadas animales. Esta definición debería dar prioridad además a alimentos con un bajo impacto ambiental y climático, y al uso eficiente de los recursos naturales y los ecosistemas.

- Definir criterios ambiciosos de contratación pública verde (CPV) para alimentos y servicios de restauración, alentando la compra de productos frescos, de temporada y ecológicos o CIP procedentes de productores locales y de pequeña escala. Los criterios CPV deberían también fomentar la compra de carne y pescado libre de antibióticos.
- Facilitar una definición legalmente vinculante de desperdicio alimentario similar a la definición realizada por el proyecto europeo contra el desperdicio alimentario Fusions: *“desperdicio alimentario es cualquier alimento, y las partes no comestibles de los mismos, que se retiran de la cadena de suministro de alimentos para ser recuperados o depositados (incluyendo el compostaje, las producciones no cosechadas, la digestión anaerobia, la producción de bioenergía, cogeneración, incineración, vertido por alcantarillado, almacenaje en vertedero o el pescado descartado al mar)”*.
- Establecer objetivos legalmente vinculantes para que el desperdicio alimentario en la UE cumpla el compromiso de alcanzar una reducción del 50% para 2030 de acuerdo con el Objetivo de Desarrollo Sostenible.
- Fijar una jerarquía de desperdicio alimentario legalmente vinculante, promoviendo la recuperación de los residuos alimentarios para su donación a organizaciones caritativas, su uso para alimentación animal o compostaje, sin que ello signifique dejar de lado los esfuerzos necesarios para su prevención y evitando su almacenamiento o incineración.
- Ofrecer directrices claras para la medición y supervisión del desperdicio alimentario (en toneladas y costes), permitiendo el uso de los datos para la comparación entre países y sectores. Directrices específicas a nivel sectorial deberían abordar los diferentes tipos de desperdicio alimentario (por ejemplo, en el sector sanitario: comida no servida, comida intacta y restos de comida en plato), demostrar cómo evitar el desperdicio alimentario, y mostrar qué comida es desperdiciada en mayor medida, por qué, dónde y por qué.

– Descarga del informe completo:

‘Alimentación fresca, saludable y sostenible: buenas prácticas en el sector sanitario europeo’.

Noticias Relacionadas

- Principales causas y consecuencias del despilfarro alimentario en los hospitales
- “En un hospital, el desperdicio alimentario suele darse por fallos en la organización interna”
- El Germans Trias, primer gran hospital catalán en donar sus excedentes de comida
- El Regional de Málaga se convierte en el primero en servir menús ecológicos certificados
- Guía práctica para reducir el desperdicio alimentario en centros educativos
- Recomendaciones para evitar el desperdicio alimentario en comedores escolares
- Cómo ahorrar costes y reducir el impacto ambiental y social revisando la basura