



Te encuentras en Inicio / A fondo / Opinión /



JOSEP DE MARTÍ es el promotor y director del portal Inforesidencias.com, así como profesor del máster en Gerontología Social de la Universidad de Barcelona y de cursos de postgrado en dirección de residencias en tres universidades. También es miembro del Grupo de Investigación del Envejecimiento de la UAB, profesor invitado de la maestría en Gerontología Social de la Universidad Autónoma Juárez de Tabasco (México) y pertenece a la Sociedad Catalano-Balear de Geriátria y Gerontología. @: jdemarti@inforesidencias.com

Residencias geriátricas: cuando la alimentación marca la vida de las personas ingresadas

31-01-2017

Josep de Martí

Sin duda el hecho de ingresar en una residencia geriátrica supone un cambio radical en las circunstancias de vida de una persona mayor; por ello existen muchas iniciativas dirigidas a hacer del momento de las comidas una experiencia lo más positiva posible. El I Premio Nutrisenior, convocado por Laboratorios Ordesa y el portal Inforesidencias.com, galardonará con 10.000 € alguna de éstas buenas prácticas llevadas a cabo en el ámbito de la alimentación.

Por muy buena que sea la residencia y por mucho que intente 'centrarse en la persona' hay aspectos del día a día que cambian y uno de ellos suele ser la alimentación. Por eso cuando se hacen encuestas de satisfacción en residencias 'la comida' suele ser uno de los puntos en los que siempre surgen posibilidades de mejora.

Por un lado hay muchas personas, mayores y no tan mayores, que saben que por cuestiones de salud tienen que seguir unas pautas de alimentación que chocan con sus gustos; en este sentido, por muy bien preparados y presentados que estén los alimentos, habrá resistencia a aceptar que son buenos. Por otro lado, hay bastantes señoras mayores que vivían solas antes de ingresar en la residencia y para las que su alimentación formaba una parte importante de sus actividades diarias. Muchas de estas señoras iban a comprar cada día pequeñas cantidades de alimentos que cocinaban exactamente como a ellas les gustaba y en la cantidad que les apetecía. ¿Es posible que puedan estar totalmente satisfechas con algo que no se han cocinado ellas mismas?

Cada vez hay más residencias que se esfuerzan por hacer del momento de las comidas una experiencia lo más positiva posible; lo hacen captando la opinión de los residentes sobre lo que más les gusta, ajustando los menús a la estación y a las festividades y organizando actividades relacionadas con la alimentación y en las que los residentes llegan incluso a colaborar en una parte de la preparación.

Hay residencias que se han esforzado por recuperar el conocimiento culinario que habita en los cerebros de sus usuarios y han recopilado recetas publicando incluso libros. Las hay también que han tomado platos evocados por las y los residentes y los han texturizado separando ingredientes de forma que aquellos con problemas de deglución también puedan disfrutarlos.

En definitiva, son muchas las iniciativas y sólo hace falta darse un paseo por las residencias de nuestra geografía para encontrar múltiples ejemplos.

Teniendo esto en cuenta, el año pasado Laboratorios Ordesa e Inforesidencias.com decidieron convocar el I Premio Nutrisenior que galardonará con 10.000 € alguna de éstas buenas prácticas llevadas a cabo en el ámbito de la alimentación. El dinero del premio se gastará ofreciendo a profesionales de la residencia o centro de día ganador, el poder participar en un [viaje geroasistencial](#) a Dinamarca y Suecia, que organizará Inforesidencias.com, durante el próximo mes de junio.

Residencias especializadas según lengua, religión u orientación sexual

Que el premio sea participar en un viaje tiene su lógica. En los dieciséis que hemos organizado hasta ahora con la intención de conocer cómo funcionan las residencias en centro y norte Europa siempre nos hemos encontrado algo interesante y llamativo en relación con la alimentación.

Por ejemplo, la residencia 'La Casa' situada en los bajos de un edificio de vivienda social de Estocolmo, está pensada para residentes mayores que vivan en la ciudad y tengan como lengua común el español. Los promotores de la idea han contratado a cuidadores, limpiadores, enfermeras y, hasta un cocinero de habla hispana. De hecho allí todos hablaban español salvo la directora (curioso ¿no?).

Vimos muy contentos a los residentes durante la visita. Hablé con una señora gallega, otra santanderina, alguna chilena y una

peruana y, cuando lo hice con el cocinero descubrí a un vasco instalado en Suecia que estaba contentísimo de trabajar en la residencia y que nos enseñó los menús que preparaba.

La primera pregunta que nos vino a la mente es: ¿qué se supone que es una “comida para personas que hablan español? La respuesta fue un derroche de ‘cocina fusión’ latino americana. Ese día por ejemplo, entre los cuatro platos entre los que podían elegir los residentes había arroz con frijoles con acompañamiento de chistorra y tamales. A mí lo de la chistorra me gusta pero los tamales sólo los he comido en alguna ocasión cuando he ido a México y me pareció algo exótico.

Cuando hablé con los residentes y les pregunté por la comida me dijeron que estaban encantados. Como muchos llevan largos años por tierras escandinavas lo que agradecen es una mezcla entre lo que recuerdan del lejano tiempo en su país de origen y aquello a lo que se han acostumbrado en Suecia. Sorprendentemente se mostraban abiertos y muy receptivos a las comidas de otros países latinos por lo que, para ellos, la experiencia de vivir en ‘La casa’ era como vivir en ‘su casa’.

No sé si en España estamos preparados como en Suecia para tener residencias especializadas en un perfil concreto de residentes. En el Norte de Europa hemos visto la de las personas que hablan español, otra para musulmanes (con plantas separadas para sunís y chiís), una para mayores homosexuales e incluso una para personas que tienen en común que disfrutan mucho estando en el exterior. De lo que estoy seguro es de que hace tiempo que las residencias aquí se han dado cuenta que en el campo de la alimentación hay mucha tela que cortar y que poner en marcha alguna iniciativa relativa a lo que se cocina, cómo se elabora o cómo se sirve, puede convertirse en un elemento importante y satisfactorio en la vida de los residentes y en la experiencia de los familiares.

Noticias Relacionadas

- [‘Sabores de vida’, de la residencia Plaza Real de Gijón, gana el primer Premio Nutrisenior](#)