



Te encuentras en Inicio /



## **Sabor y sabiduría, un libro con las recetas de los mayores de Sanitas Residencial**

10-06-2013

El libro *Sabor y sabiduría*, editado por Sanitas Residencial, fue presentado el pasado 30 de mayo en la Cámara de Comercio e Industria de Salamanca. Este manual recoge 41 recetas elaboradas por los propios residentes de los centros Sanitas Residencial de toda España y con él se pretende realizar un homenaje al saber gastronómico tradicional.

El acto contó con la presencia de **Carmen Abelanet**, jefa de hostelería de Sanitas Residencial y el vicepresidente primero de la Cámara de Comercio de Salamanca, **José Luís Martín Aguado**. También asistieron el director del centro salmantino Sanitas Residencial Mevefares, **Enrique Cezón**, y el jefe de cocina de Sanitas Residencia Mevefares, **Alberto Merchán**.

Para la jefa de Hostelería de Sanitas Residencial, Carmen Abelanet, *“este proyecto ha permitido seguir mejorando los cuidados asistenciales que se ofrecen en los centros de la compañía dentro del trato personalizado que se da a los residentes, a través de una dieta individualizada y de la promoción del envejecimiento activo”*. El libro es un homenaje a todos los mayores de España, para darles *“un protagonismo, más que merecido, a los residentes, que han cocinado para sus seres queridos a lo largo de toda su vida y que han compartido tan generosamente su sabiduría con todo el equipo de Sanitas Residencial”*, explicó Enrique Cezón, director de Sanitas Residencial Mevefares.

De entre todas las recetas incluidas en el libro, tres de ellas han sido especialmente reconocidas por Sanitas Residencial, destacando en primera posición el plato salmantino *Caldereta de cabrito* de **M<sup>a</sup> Dolores Merino**, residente de Sanitas Residencial Mevefares.

### **Sabor y sabiduría, más que un libro de cocina**

El concepto de *Sabor y sabiduría* surge para impulsar la imagen de los mayores en la sociedad como personas activas, con ideas y motivaciones. Además, quiere reflejar y preservar la gran diversidad y riqueza de la gastronomía de Catalunya y España.

Entre las 200 páginas podemos encontrar una amplia gama de recetas que van desde las más tradicionales como el cocido montañés o la fabada, hasta postres tan exquisitos como el flan de almendra o la tarta de queso. El manual también incluye tres recetas internacionales de mayores que residen en centros situados en los países donde opera Bupa Care Services, empresa matriz de Sanitas Residencial, como Reino Unido, Australia y Nueva Zelanda.

*Sabor y sabiduría*, un proyecto al que se presentaron un total de 300 platos de toda España, está disponible en los 40 centros Sanitas Residencial del país.

### **Los beneficios de la cocina en los mayores**

Los talleres de cocina son habituales en los centros Sanitas Residencial, una actividad con la que se pretende fomentar el envejecimiento activo de los mayores y que al mismo tiempo se sientan cómodos y útiles. Además, tiene múltiples beneficios, en palabras de la doctora de Sanitas Residencial El Viso, **Pilar Soler**, *“estimulan los recuerdos y los sentidos, la motivación personal y potencian el trabajo en equipo”*.

Con estos talleres, los mayores recuerdan viejas recetas, momentos personales o reuniones familiares en los que elaboraron sus platos favoritos; consiguen sociabilizarse y se aumenta el diálogo entre residentes; al ser un trabajo en equipo, se potencia el respeto por los demás; fomenta la movilidad del tronco, mejora la motricidad fina y la movilidad de articulaciones de los miembros superiores; y los mayores se sienten queridos, activos y apreciados por la sociedad.

[www.sanitas.es/sanitasresidencial](http://www.sanitas.es/sanitasresidencial)