



SARquavitae organiza una jornada sobre la alimentación en personas mayores

20-11-2014

SARquavitae y su Fundación se involucran con su entorno en la divulgación de diferentes aspectos relacionados con el envejecimiento y la calidad de vida; por ello, cada año se celebran, desde sus centros o líneas de actividad, diversas conferencias y actividades con profesionales de diferentes ámbitos.

Dentro de esta programación, el 25 de noviembre se celebró en Madrid la jornada *Texturas, colores y sabores con salud. Alimentación y nutrición de las personas mayores* con la que se quiso poner el acento en la necesidad de unas buenas pautas de alimentación en los mayores para propiciar una mayor calidad de vida ya que muchos de los problemas de salud que padecen podrían paliarse o mejorarse con buenos hábitos alimenticios y mejoras en la nutrición.

La jornada, que tuvo un marcado carácter práctico, incidió en el sabor, la textura, el color y la presentación de los alimentos, aspectos que benefician igualmente en la experiencia nutricional de los mayores.

El programa se desarrolló entre las 9.30h y las 15.00h de mediodía y tuvo una primera parte 'teórica' con diversas conferencias relativas a la salud y la nutrición, y una segunda parte más práctica en la que se desarrollaron tres talleres prácticos y un *showcooking*: *Texturizados, colores y sabores*, impartido por **Marce Puig-Pey** y **Núria Cinca**, ambos de Fundació Alícia; *SARquavitae, la mejora de las texturas*, impartido por **Inmaculada Sanchiz**, cocinera de la residencia SARquavitae Ciudad de las Artes y **Emilio Martín**, cocinero del centro Esclerosis Múltiple Alicia Koplowitz; *Cocktails saludables: disfrutar y celebrar*, impartido por **Iwn Talens**, campeón de España en Coctelería y finalista en el campeonato del mundo; y para finalizar, el *showcooking* en el que participarán los cocineros **Luis Bartolomé** (NH Eurobuilding), **Rubén González** (Hospes Madrid GL) y **Andy Bryson** (Sheraton Madrid Mirasierra Hotel Spa).

Todos los asistentes recibieron de regalo un ejemplar de la *Guía para la alimentación y nutrición de las personas mayores*, de la Fundación Edad & Vida y patrocinada por SARquavitae; una práctica publicación que analiza ocho de las patologías más prevalentes, ofreciendo una breve explicación de las mismas y las recomendaciones específicas en cada una respecto a la

alimentación y al ejercicio físico. Una guía que, según sus autores, *“pretende orientar a las personas mayores para que puedan seguir una dieta adecuada que les ayude a vivir más y mejor, con mayor calidad de vida y al máxima independencia funcional”*.

www.sarquavitae.es