

Sodexo presenta un proyecto para estimular el apetito y contrarrestar el deterioro cognitivo

Martes, 14 de noviembre 2023

Sodexo ha desarrollado el programa 'El despertar de los sentidos' para mejorar el bienestar de las personas mayores y su relación con la vida a través de la estimulación de los sentidos para contrarrestar los efectos del deterioro cognitivo. A través de esta iniciativa la compañía trabaja el impacto sensorial y la potenciación del sabor en el diseño y presentación de sus menús, basándose en las evidencias científicas que se desprenden del estudio 'Cómo y por qué los cinco sentidos afectan a la calidad de vida' desarrollado por la Universidad de Ottawa y el *Life Research Institute* de Sodexo.

Con la implantación del programa en la residencia 'Los Robles GerHoteles' de Madrid, el equipo de nutricionistas de Sodexo Iberia, de la mano de la dirección del centro, han incluido la tecnología en los procesos de cocinado y han apostado por implementar programas de alimentación que favorecen la estimulación sensorial. Para ello, se interviene tanto en la oferta gastronómica como en otros aspectos del entorno, trabajando la textura, la aromaterapia o la cromoterapia de platos elaborados a partir de alimentos naturales y tradicionales, teniendo en cuenta, además, la adecuación del ambiente lumínico y sonoro del entorno.

Para llevar a cabo las elaboraciones, el equipo de nutricionistas trata de encontrar un equilibrio entre las necesidades de los adultos mayores y sus preferencias. Así lo ha subrayado **Ana Neida**, *Food Offer manager* del segmento Sanidad, Seniors y Educación de Sodexo Iberia, que ha explicado que *"el diseño parte de un menú basal que cumple con las cantidades nutricionales y energéticas en torno a la dieta mediterránea pero, además, tiene en cuenta las costumbres de los residentes, la zona de donde son originarios, y los alimentos que reconocen como cotidianos en su vida, con el fin de que disfruten comiendo"*.

Una vez adecuada la calidad de las materias primas y la cantidad, utilizan técnicas y acciones adaptadas y destinadas a potenciar cada sentido. En palabras de **Natalia Hernández**, directora de 'Los Robles GerHoteles', *"a mediodía utilizamos colores vivos en las vajillas y manteles que activen a los residentes y por la noche, colores más tranquilos para la vista"*. Además, ha destacado, *"prestamos especial atención a costumbres tan mediterráneas como el aperitivo, con alimentos que acentúan los sabores y el gusto de los mayores, así como a distintas texturas para potenciar las sensaciones somatosensoriales"*. Todo ello acompañado por un ambiente musical relajante durante las horas de la comida y con una serie de olores a la entrada del comedor con propiedades potenciadoras del apetito, como el olor a pan horneado, y otros beneficios terapéuticos.

Todas estas acciones, entre otras que completan la propuesta de 'El despertar de los sentidos', vienen avaladas por el estudio sobre los cinco sentidos elaborado por Sodexo y la Universidad de Otawa. Un conocimiento y *expertise* que ha permitido llevar a la práctica, con base científica, un programa que mejora la relación de los residentes con la comida y, en última instancia, impacta positivamente en su salud.

Tal y como ha señalado Neida *"una presentación adecuada, atractiva y bien elaborada para que organolépticamente sea apetecible va a potenciar los menús de elección entre nuestros mayores, previniendo la desnutrición, ligada también a algunos cambios asociados a la edad tan habituales como la disfagia"*. Ante este desafío, ha resaltado que las dietas terapéuticas han de ser flexibles: *"las restricciones dietéticas, lejos de repercutir en una mejor nutrición, incurren en menús poco interesantes e inapetentes para los residentes"*. Por tanto, *"la restricción tiene que tender a mínimos y no a máximos"*, ha matizado Neida.

En esta línea se ha pronunciado también **Juan M. Rodríguez**, doctor de 'Los Robles GerHoteles', que ha destacado la importancia de aplicar este tipo de programas en los mayores, ya que *"hemos comprobado que todos los índices de salud y bienestar mejoran, incluso, en personas con patologías como la diabetes, porque una mejor nutrición, además de aumentar el peso y mejorar las capacidades sensoriales, favorece la disminución en la cantidad de medicación, incluso de insulina"*.

Por ello, para una elaboración óptima de los menús, Sodexo apuesta por la formación continua y el trabajo conjunto entre nutricionistas y el equipo de cocina, además del impulso a la transparencia en el trabajo diario, con mayor intercambio de flujo informativo con las residencias, los propios residentes y sus familias. De esta manera, ha subrayado Neida, *"ayudamos a nuestros clientes a mejorar el bienestar y la satisfacción de nuestros mayores a través de la comida"*.

Contacta con **Sodexo** o accede a su web a través de nuestro directorio de empresas.

Noticias Relacionadas

- [Sodexo gana la certificación 'Ecocook Silver' en los restaurantes de la Ciudad Grupo Santander](#)
- [Sodexo donará un euro por plato de comida salvado, con la campaña 'Sé parte del cambio'](#)
- [Sodexo Iberia apuesta por menús sensoriales para despertar el apetito de los mayores](#)
- [Sodexo Iberia ayuda a la Fundación Stop Hunger y recauda 22.000 euros contra el hambre](#)