



©ApetitoArqués.

Diferentes técnicas de regeneración de los alimentos, en centros sociosanitarios

29-03-2023

Para comprender cuáles son las mejores técnicas de regeneración de alimentos para centros sanitarios debemos empezar por tener claros algunos conceptos de base. ¿Qué significa realmente la regeneración de alimentos? ¿para qué se utiliza? ¿Qué ventajas ofrece? Vamos a revisar todos estos conceptos en este artículo.

Si buscamos el significado de 'regeneración' en internet, lo primero que nos aparece es que *'regeneración es el proceso natural de reemplazar o reparar células, tejidos, órganos o, incluso, partes completas del cuerpo, dañadas o faltantes, para que funcionen completamente en las plantas y los animales'*.

Si trasladamos el concepto 'regeneración' a los alimentos, **"regeneración de alimentos es un proceso cuyo objetivo es mantener la calidad de los alimentos, tratando de elevar a temperatura de consumo los alimentos abatidos, congelados o envasados rápidamente, de la manera más delicada"**.

Hablamos de conceptos completamente distintos, pero asombrosamente relacionados entre sí. El paso del tiempo y la propia evolución de las cocinas y modelos productivos han sido responsables, de que se deje de utilizar la palabra 'recalentar', para emplear 'regenerar'. Seamos honestos, queda mucho mejor. No obstante, estamos hablando de lo mismo.

Los procesos de producción en línea fría han hecho que las técnicas de regeneración hayan ido mejorando considerablemente. En la actualidad podemos usar distintas técnicas y siempre buscando un objetivo claro: mantener la calidad de los alimentos y conservar sus propiedades organolépticas al máximo nivel.

Para la regeneración se parte de un alimento congelado (a -18°) o refrigerado ($+3^{\circ}$) y mediante distintas técnicas se calienta el producto hasta la temperatura de servicio adecuada (65° - 70°). Es esencial respetar y poder mantener bajo control estas temperaturas para asegurarnos que no hay riesgo de contaminación o problemas que puedan perjudicar la calidad final del plato.

Por ejemplo, si mantenemos el plato demasiado tiempo en el horno regenerador podemos acabar con un alimento seco o correoso que ha perdido su textura y sabor original. Estas técnicas de regeneración de alimentos son utilizadas muy habitualmente en sectores como el de la hostelería, la restauración comercial o colectiva y, por supuesto, en los centros sociosanitarios.

Ventajas de la regeneración de alimentos

Las principales ventajas del procedimiento de regenerar alimentos son:

- Una mejor organización de la producción de alimentos.
- Mayor control de mermas que evita el desperdicio de alimentos, con todas las consecuencias que tiene tanto para el medio ambiente como a nivel económico.
- Mayor seguridad alimentaria al eliminar el riesgo de contaminación por bacterias y otros patógenos.
- Mayor flexibilidad y variedad en los menús.

Poder ofrecer menús variados y de calidad que se ajusten a las necesidades de cada paciente es precisamente un elemento clave en la gestión alimentaria de los centros sanitarios. La gestión de los diferentes menús con distintas necesidades hace que la organización de la producción sea compleja y pueda acarrear mucho desperdicio.

Este es un tema especialmente delicado para hospitales, residencias de ancianos y otros centros sociosanitarios. En estos casos es donde se debe cuidar al máximo la calidad y la variedad de los alimentos de los pacientes para evitar mayores problemas de salud o inapetencia.

Distintas opciones para regenerar alimentos

Podemos encontrar varios modos para regenerar alimentos congelados hasta la temperatura adecuada. Los más habituales serían:

- Al **baño maría o inmersión en agua caliente**. Si bien es la técnica más tradicional y conocida por cualquiera, es poco adecuada en el caso de cocinas profesionales de centros sanitarios. Requiere mucho control de la temperatura y del estado de los alimentos. Además, es necesario que todos los productos estén bien envueltos en plástico para evitar que entren en contacto con el agua, etc.
- El uso de **fuego directo en los fogones o el uso del microondas**. Son técnicas muy utilizadas en ámbitos domésticos, pero son más delicadas de trabajar en un entorno profesional donde la calidad y la seguridad deben primar por encima de la comodidad.
- **Hornos de vapor**: exigen mucho control del personal de cocina para asegurarse que las temperaturas y los tiempos no se superan, lo que puede acarrear pérdida de calidad en el producto.
- **Hornos regeneradores**: son el tipo de hornos recomendados para entornos como los hospitales o residencias. Se trata de hornos profesionales que elevan la temperatura de los alimentos hasta la temperatura de servir, usando un proceso muy controlado que eleva la temperatura de forma gradual para evitar que se reproduzcan bacterias y mantener las propiedades organolépticas del plato.
- El más innovador, partiendo desde congelado, es **ajustar parámetros de tiempo – humedad – temperatura**, dependiendo de la naturaleza del plato, para lograr un resultado óptimo, en lugar de tratar a todos los tipos de plato por igual (como se hace por ejemplo, con alguna de las otras formas de regeneración nombradas anteriormente).

También existen **carros de regeneración**, en los que se introducen bandejas individuales con la comida del residente ya emplatada, que emplean diversas técnicas como la inducción, termo contacto o convección. Pero la finalidad es la misma.

Todas las técnicas de regeneración tienen un denominador común: partir de una producción avanzada permite optimizar los procesos. Empleando un proceso de regeneración adecuado, logramos que la calidad y cualidades organolépticas del producto final no se vean alteradas y obtendremos un resultado seguro y de calidad.

Noticias Relacionadas

- Bandeja calefactable por USB para calentar la comida en la propia habitación del paciente
- Cuatro soluciones para la distribución de menús que marcan tendencia en colectividades
- La industria española del equipamiento para hostelería recuperó en 2021 las ventas precovid
- Recomendaciones para la mejora de las temperaturas en la comida transportada



Domingo Murillo es un profesional de larga trayectoria que ha pasado por los fogones de prestigiosos establecimientos gastronómicos hasta que en 2006 empezó a trabajar en el sector de la restauración colectiva. Actualmente es responsable de Producto y Área Técnica de **Apetito Arqués** y director del dpto. de I+D, para el mercado español. @: dmurillo@apetitoarqués.com.