

AGAR Assessorament Alimentari ha ofert un Taller a HOSTELCO sobre la nostra nova formació pràctica per a l'abordatge de la Desnutrició en Residències.

A partir de la nostra experiència en Residències, des d'Agar assessorament hem creat una nova formació d'Alimentació en la Desnutrició, on es fusiona la vessant nutricional amb la gastronòmica, transmetent als equips de cuina i de menjadors de les Residències com facilitar la ingesta proteica adequada, clau en la prevenció i tractament de la desnutrició de la nostra gent gran.

El taller s'ha realitzat aquest passat dijous 21 a l'Àrea de Restauració Col·lectiva dins del Marc de Alimentaria_Hostelco



La desnutrició en persones grans és un problema creixent que afecta avui **dia al voltant del 20%** dels més grans de 65 anys. A mesura que envellim, diversos factors contribueixen a una ingesta reduïda d'aliments, cosa que pot portar a la desnutrició. En tot aquest procés, una de les àrees crítiques és la ingesta inadequada de proteïnes.

Hi ha diverses **raons darrere de la desnutrició** en adults grans. Problemes de salut com ara **dificultats en la masticació o la deglució**, la pèrdua de la gana a causa de canvis en els sentits del gust i l'olfacte, així com problemes econòmics o socials, poden limitar-ne l'accés a aliments més nutritius. També factors psicològics com ara **la depressió o la solitud** poden disminuir l'interès en el menjar, resultant en una ingesta cada cop més reduïda.

Les proteïnes són fonamentals per a la salut i el benestar de la gent gran, ja que ajuden a mantenir la massa muscular, enfortir el sistema immunològic i afavorir la recuperació de malalties i lesions.

Per això, és essencial que rebin prou proteïna a la seva ingesta diària, ja sigui a casa, a la seva residència o centre de dia i especialment durant una hospitalització.

Aquesta **formació principalment pràctica**, dona a conèixer les diferents possibilitats **d'alimentació enriquida hiperproteica** més disponibles i les **pautes per incorporar-los a receptes** que podem trobar al dia a dia dels menús de les Residències, facilitant la major aportació de proteïna a plats del gust de la gent gran.

Més informació a www.agar.cat comercial@agar.cat

AGAR, Assessorament Alimentari.