

BEN-
FARE

LE PERSONE FANNO QUALITÀ

www.benfare.it



GenerAzioni di benessere

Persone che creano valore nella reciprocità

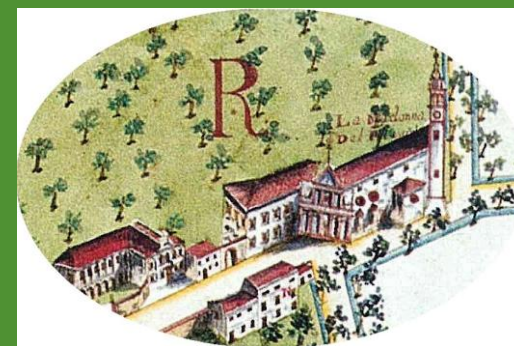
Evento organizzato con il supporto dei seguenti partner:



La salute nel cibo: equilibrio tra nutrimento e conforto

Dott.ssa Anna Lisa Sivilia

Casa Albergo per Anziani
Lendinara (Ro)



qualità & benessere

La dietista in casa di riposo??!!



Già, la dietista! In effetti non è molto frequente che una struttura per anziani abbia una risorsa dedicata alla nutrizione. Già da questo si capisce come Casa Albergo abbia sviluppato una cura particolare, un occhio di riguardo per l'argomento ristorazione.



Già da anni, infatti, abbiamo cominciato ad interrogarci sulla via da percorrere perché il servizio di ristorazione seguisse una direzione coerente verso il miglioramento continuo, attraverso diversi adattamenti ed obiettivi sempre nuovi.

Negli anni abbiamo lavorato sul menù, aggiunto e cambiato alternative, elaborato un dietetico, cambiato le modalità di preparazione e somministrazione dei pasti cremosi, abbiamo affrontato seminari e formazioni specifiche.

"GenerAzioni di benessere"

Persone che creano valore nella reciprocità



Attualmente il nostro menù ruota su 4 stagionalità, ognuna su 5 settimane. Nella compilazione teniamo conto di linee guida per la ristorazione socio assistenziale della regione Veneto e, ovviamente, delle indicazioni proprie della nutrizione in età geriatrica.

Ma Linee guida ed indicazioni nutrizionali non bastano a definire quale sia l'alimentazione giusta all'interno di una comunità, non basta identificare i residenti come anziani ed adattare l'alimentazione come se fosse indirizzata solo ad una categoria di persone con caratteristiche univoche e non ai singoli individui che la compongono.

Molti dei nostri residenti vivono come una frattura il passaggio dalle scelte alimentari autonome, fatte da una vita in base ai propri gusti e preferenze, alle scelte imposte dai nostri menù, pieni, spesso, di esclusioni e limitazioni aprioristiche, in nome di una prevenzione accanita e, spesso, non richiesta.



Innegabilmente con l'avanzare dell'età incorrono modifiche nella fisiologia e nel metabolismo del corpo umano che non possiamo non tenere in considerazione quando ragioniamo di nutrizione. Altrettanto innegabile che le nostre scelte relative a menù e alimenti debbano tenere presente la maggiore frequenza di quadri pluripatologici.

Tuttavia, non possiamo non considerare che le persone che risiedono nelle nostre strutture non sono semplici organismi da tenere in vita, a cui garantire la salute a tutti i costi anche a discapito del piacere, della gioia, dell'emozione che accompagnano il semplice atto del mangiare.

Allora viene da sé che *il gusto e la scelta autonoma vanno difesi finché è possibile e che, mantenere vivi i ricordi legati ai sapori, è altrettanto importante della limitazione dei grassi saturi e degli zuccheri.*



qualità & benessere

"GenerAzioni di benessere"

Persone che creano valore nella reciprocità



Gusto è memoria

***La memoria del gusto è conforto e ricordo
come le fotografie sbiadite che tanti dei
nostri residenti tengono nelle loro stanze.***



Ecco allora la necessità di ragionare di nutrizione come su due binari paralleli:

Benessere del corpo: (scelte nutrizionali)

- **selezione di materie prime,**
- **metodi di cottura,**
- **presenza di alternative che consentano a tutti di scegliere, anche in presenza di patologie e quadri metabolici alterati (dietetico, diminuzione di diete personalizzate restrittive e monotone),**
- **Eventuale ricorso ad integrazione**



Benessere della mente: (mantenimento del gusto)

- **Piatti del territorio, della tradizione e della festa (non solo a Natale),**
- **Laboratori con cucina e assaggio**
- **Chiacchierate a tema**
- **Momenti conviviali con alimenti diversi dal quotidiano**

Attività di cucina:

Laboratori di cucina organizzati dal servizio
Animazione o con il supporto di servizi esterni,
con realizzazione da parte dei residenti coinvolti
di ricette semplici ma originali.
Le preparazioni, seguono le tradizioni culinarie
locali legate alla stagione o alle festività.



"GenerAzioni di benessere"

Persone che creano valore nella reciprocità



«mani in pasta» attività consolidata del servizio animazione



«mani in pasta» attività consolidata del servizio animazione





farina
e
impasti





**Prepariamo i
«sugoli»!**



Focus a tema

Proposti Focus Group specifici sul tema del cibo nei quali, partendo dalle criticità rilevate in sede di rilevazione della soddisfazione, si accolgono spunti di riflessione, idee per nuove ricette o diverse modalità di preparazione da inserire nel menù successivo.





qualità & benessere

"GenerAzioni di benessere"

Persone che creano valore nella reciprocità



«Pizzettiamo»

Arriva la pizza a domicilio!



Progetto Ben-essere per gli operatori

- Sportello nutrizionale
- Sportello ascolto psicologico
- Corsi di attività motoria (yoga, posturale, ginnastica dolce)
- Incontri tematici su tema prevenzione tumore al seno
- Incontri tematici su tema alimentazione
- Scontistica servizi odontoiatria e podologia

"GenerAzioni di benessere"

Personе che creano valore nella reciprocità



Se il gusto è memoria,
privarci del gusto
vuol dire privarci dei ricordi

GRAZIE!

filmato

"GenerAzioni di benessere"

Persone che creano valore nella reciprocità

