

ACTIVITAT CULINÀRIA-NUTRICIONAL AMB PERSONES GRANS DIAGNOSTICADES DE DETERIORAMENT COGNITIU LLEU (Deteriorament de la memòria entre d'altres) Activitat APS

Torrado, X.

Professor del Departament de Nutrició i Bromatologia.
Grup de Recerca en Nutrició Aplicada (GRNA-GRAFIS).
Campus de l'Alimentació. Universitat de Barcelona

Els estudiants de l'assignatura de Treball Dirigit del Grau de Nutrició Humana i Dietètica, han dissenyat i realitzat tallers de temàtica culinària-nutricional, amb pacients de l'associació AJUDAM-PREDEGENT (Prevençió-Dependència-Gent Gran), en el marc dels *Tallers de la memòria*, amb la finalitat que la cuina i/o la nutrició esdevinguin en una eina de útil per treballar la memòria. Tota la tasca ha estat supervisada pel tutor i, especialment, per l'equip de l'associació.

L'associació **AJUDAM-PREDEGENT** (<http://www.associacioajudam.cat>) treballa, amb un grup de professionals multidisciplinari, en el desenvolupament d'un programa d'estimulació cognitiva per persones diagnosticades de deteriorament cognitiu lleu (pèrdua de memòria diagnosticada) que intenten continuar la seva vida amb plena normalitat malgrat les dificultats que la naturalesa de la malaltia comporta. Aquestes persones han estat derivades des de la unitat de Trastorns Cognitius ubicada al Recinte Torribera o directament des del metge de família de l'atenció primària.

Objectius:

Aprendre a dissenyar tallers, amb un equip multidisciplinari, per treballar la memòria.

Dissenyar activitats /tallers per una alimentació saludable.

Valorar el servei de càtering de l'associació. Punts forts i punts febles.

Descripció:

- Prèviament van participar com a observadors en les activitats i dinàmiques ja establertes en el centre, per conèixer les característiques del grup i poder dissenyar i realitzar les sessions.
- Definició dels objectius específics de cada sessió y la planificació de les tasques, conjuntament amb l'equip de l'associació.
- Elaboració del material necessari pels tallers.
- Realització de 7 sessions, amb una estructura comuna molt ben definida, amb rutines i sense canvis per facilitar el seu seguiment als pacients.
- Participants en els tallers: 14 pacients (més els acompanyants)
- Temes de les diferents sessions:
 - Identificar les festivitats i les preparacions culinàries associades.
 - L'alimentació saludable. Dieta variada i freqüències de consum.
 - L'alimentació saludable. Taller.
 - Els aliments i els sentits. Reconeixement dels aliments a través de sentits alternatius a la vista.
 - Seguretat alimentària. Tractament i conservació dels aliments.
 - L'estacionalitat i les temporades.
 - Nadal. Resum dels temes treballats.

Paral·lelament, els estudiants van realitzar el seguiment del servei de dinars, per valorar de l'estructura del càtering, el seu funcionament, els menús i l'adequació d'aquest servei a les característiques d'aquesta població.



Associació Ajudam Predegent



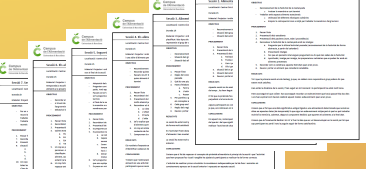
L'objectiu és l'estimulació cognitiva aplicada des d'una perspectiva cognitiva però també física, psicològica, social i educativa.

La metodologia de treball desenvolupa diversos programes que actuen des de diferents àrees.

Tallers de la memòria



Victor Díaz
Anna García



Avaluació de l'activitat: qualificació del seguiment continuat i de la memòria per part de la Comissió de TD. Des de l'associació es valora molt positivament la capacitat dels estudiants per connectar amb el perfil dels pacients, d'equilibrar els tallers i els temes a tractar amb la capacitat cognitiva dels mateixos i de preparar correctament les diferents sessions. Han mostrat empatia i capacitat per adaptar-se al grup.

Els estudiants manifesten que ha estat una tasca laboriosa, no exempta de dificultats però molt enriquidora.

"El fet que totes les sessions hagin girat entorn a un tema tan quotidià com l'alimentació, la gastronomia i la cultura ha ajudat als pacients a mantenir en la seva memòria els conceptes treballats"



Associació Ajudam Predegent

