

Výživa seniorů nás zajímá

■ ADEKVÁTNÍ VÝŽIVA SENIORŮ JE PRO NÁS DŮLEŽITÁ

Díky nově vznikajícímu týmu nutričních terapeutek Sodexo na poli České republiky vyvíjíme nový koncept zaměřený na stravování seniorů. Dnes již víme, že ve vyšším věku je člověk více ohrožen malnutricí, což je stav z nedostatečné výživy, k němuž dochází tehdy, pokud je příjem základních energetických substrátů a bílkovin nižší než jejich skutečná potřeba. Ve stáří nutnost dodávání kvalitních živin důležitá. Ve srovnání s mladším věkem se ve stáří mění složení těla. Aktivní svalová hmota, stejně jako obsah vody v těle, klesá, tuková složka naopak přibývá. Jsme si vědomi, že na rozvoji malnutrice se podílejí faktory jako polymorbidita, užívání četných léků, ztráta chrupu, onemocnění trávicího traktu, poruchy polykání, involuční změny, imobilita a ztráta soběstačnosti, depresivní stavy a v domácím prostředí zřejmě i další významný činitel, kterým je nedostatek finančních zdrojů k nákupu kvalitních potravin.

Snížení svalové hmoty má četné závažné důsledky. Aktivní svalová hmota je významným zdrojem pro reparační procesy v organismu, ale také zdrojem energie při stresové zátěži z důvodu akutních stavů, kdy jsou nevyužitelné zásoby tuku a sacharidů. V důsledku malnutrice a následného snížení svalové hmoty vzniká poměrně rychle imobilita, oslabení imunitního systému, oslabení dýchacího svalstva a takový člověk snadno podléhá infekci, vzniku proleženin a jiným zdravotním komplikacím.

Sodexo Vám nyní nabízí komplexní balíček služeb na úrovni výživy seniorů, který uspokojí nejen Vaše klienty s běžnými nároky, ale i takové, kterým hrozí riziko malnutrice či vyžadují specifickou úpravu stravy z pohledu nutričního složení nebo konzistence.



Mgr. Marie Kohutová, DiS. Registrovaná nutriční terapeutka se specializací

Ve společnosti Sodexo pracuje od dubna 2015 jako specialista i odborný garant v segmentu zdravotnictví a sociální péče na pozici projektového manažera.

Více než 10 let působila v oboru nutriční péče ve Vítkovické nemocnici skupiny Agel, kde zaváděla a rozvíjela odborné postupy v oblasti nutriční péče. Současně spolupracuje jako nutriční terapeutka s domovy seniorů, kde se stará o výživový stav klientů a garantuje poskytovanou odbornou nutriční péči. Jako externí lektor přednáší na akreditovaných kurzech pro výživové poradce v Ostravě.

marie.kohutova@sodexo.com