

**Evaluación y optimización culinaria del menú fundación *Acogiendo la Sabiduría* centro
de atención especializada para el adulto mayor**

Laura Michell Forero Baza

Universitaria Agustiniana
Facultad de Arte, Comunicación y Cultura
Programa de Tecnología en Gastronomía
Bogotá, D.C.
2019

**Evaluación y optimización culinaria del menú fundación *Acogiendo la Sabiduría* centro
de atención especializada para el adulto mayor**

Laura Michell Forero Baza

Director

Jenny Garavito Najas

Trabajo de grado para optar por el título de Tecnólogo en Gastronomía

Universitaria Agustiniana
Facultad de Arte, Comunicación y Cultura
Programa de Tecnología en Gastronomía
Bogotá, D.C.

2019

Dedicatoria

A mi familia por su apoyo incondicional y a Dios

Agradecimientos

Agradezco a mis padres y a Dios por permitirme sacar adelante mi proyecto de grado, que desde un principio me brindaron su apoyo incondicional, el cual ha sido muy importante a lo largo de mi carrera.

A mis tutores, Rodrigo Amaya, Diana Dix y Jenny Garavito los cuales desde el inicio de este proyecto demostraron su apoyo e interés, en donde me brindaron sus conocimientos y dedicación para sacar este proyecto adelante.

Resumen

Las fundaciones sin ánimo de lucro ofrecen apoyo y bienestar a los adultos de la tercera edad los cuales se encuentran en un estado de vulnerabilidad, brindándoles un bienestar social adecuado.

Con este proyecto se busca implementar comida tipo miel (papilla), la cual facilita su consumo para los adultos de la tercera edad, buscando mejorar su calidad de vida teniendo en cuenta los valores nutricionales que necesitan dependiendo su edad.

Para poder desarrollar este proyecto se llevó a cabo un estudio sobre el menú que se les brinda en la fundación (acogiendo la sabiduría centro de atención especializada para el adulto mayor). En donde se tuvo en cuenta la edad, las enfermedades que presentan y la alimentación que reciben diariamente.

Al finalizar el proyecto, se logró implementar un buen uso de la comida tipo miel, en donde se les realizó un menú, junto con un recetario ya que tuvo una buena aceptación e impacto la comida tipo miel para los adultos mayores de esta fundación.

Palabras claves: bienestar, vulnerabilidad, comida tipo miel, valores nutricionales.

Glosario

Comida tipo miel

La comida tipo miel es conocida como, comida en puré son preparadas triturando, moliendo o cortando los alimentos hasta que se consigue una textura muy fina y suave. Es un alimento que ha sido licuado, mesclado o procesado hasta crear una textura uniforme y suave, son ejemplos de comidas en puré. Aunque todos disfrutamos las comidas en puré como parte de una dieta saludable, las dietas de puré pueden ser recomendadas para adultos mayores frágiles que tienen problemas para masticar y/o tragar.

Fundación sin ánimo de lucro

Este tipo de organizaciones básicamente trabaja para el progreso, desarrollo o bien común de la sociedad, con enfoque en ciertos colectivos o personas con necesidades especiales o generalmente vulnerables, como pueden ser los niños, los ancianos.

Nutrición

La nutrición consiste en transformar los alimentos en nutrientes. Es decir, tomamos alimentos que tras digerirlos, absorberlos y metabolizarlos se convierten en nutrientes, que a través del torrente sanguíneo llegan a todas las células de nuestro cuerpo.

Tabla de contenido

Introducción.....	10
Tema.....	11
Problema de investigación.....	12
Planteamiento del problema.....	12
Formulación del problema.....	12
Justificación.....	13
Objetivos.....	14
Objetivo general.....	14
Marco referencial.....	15
Marco teórico.....	15
Fundaciones sin ánimo de lucro.....	15
¿Qué es nutrición?.....	15
¿Qué es una buena alimentación?.....	15
Nutrición en el adulto mayor.....	16
Comida tipo miel.....	17
Marco histórico.....	18
Papa pastusa.....	18
Marco legal.....	19
Marco de antecedentes.....	20
Materiales y métodos.....	21
Tipo de investigación.....	21
Diseño experimental.....	21
Fases del proyecto.....	22
Fase 1. Revisión bibliográfica.....	22
Fase 2. Transformación y obtención de la materia prima.....	22
Fase 3. Elaboración de subproducto.....	22
Fase 4. Aplicación gastronómica.....	23
Fase 5. Evaluación sensorial.....	27

Planteamiento de mejora, menú fundación <i>Acogiendo la Sabiduría</i>	31
Menú con los alimentos implementados	34
Encuesta conocimiento de la población en la fundación <i>Acogiendo la Sabiduria</i> y docentes de la Universitaria Agustiniana.....	38
Conclusiones.....	42
Recomendaciones	43
Referencias	44
Anexos	46

Listado de figuras

Figura 1. Comida tipo miel o puré (Fischer, 2017).	17
Figura 2. Papa pastusa, nutrientes (Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, base de datos nacional de nutrientes, 2008).	18
Figura 3. Diseño de la investigación.	21
Figura 4. Diagrama de flujo fondo claro (Autores, 2017).	23
Figura 5. Diagrama de flujo del proceso de elaboración del potaje de espinaca con auyama (Autores, 2017).	24
Figura 6. Diagrama de flujo del proceso de elaboración del fondo de verduras (Autores, 2017).	25
Figura 7. Diagrama de flujo del proceso de elaboración del potaje de verduras (Autores, 2017).	26

Introducción

Teniendo en cuenta que la comida tipo miel es únicamente de uso hospitalario, la cual es elaborada con frutas, verduras, carnes, legumbres. En ocasiones es necesario implementar algún tipo de espesante ya sea modificado, natural o con la misma materia prima se puede espesar, en este caso como espesante se implementó la papa pastusa como espesante, para mejorar su consistencia sin alterar su olor y sabor. Es importante tener claro que lo que se busca en realidad es brindarle una mejor calidad de vida a los adultos de la tercera edad, ya que se encuentran en un estado de vulnerabilidad.

Mediante la investigación se tuvo en cuenta el menú que ellos reciben diariamente con la cocción que se maneja, para poder realizar una opción de mejoría en las fallas que esté presente. En donde también se tiene en cuenta que lo ideal del producto que se implementara que es la comida tipo miel, complemente los valores alimentarios que necesitan.

En la investigación se tuvo en cuenta no solo lo que significa la alimentación tipo miel, sino también la importancia que toma una fundación sin ánimo de lucro, ya que para las personas de bajos recursos puede ser muy factible y mucho más para los adultos de la tercera edad. La alimentación y los cuidados juegan un papel importante porque se tiene que tener claro la alimentación del adulto mayor, el valor alimenticio que necesitan y también las propiedades de la papa pastusa, que juega como espesante en este proceso en la preparación de la comida tipo miel, en donde el manejo de los alimentos debe ser de forma correcta teniendo en cuenta las normas de manipulación de alimentos para presentar un producto de buena calidad.

Para elaborar la comida tipo miel, se tuvo en cuenta el tipo de población que se encuentra en la fundación, fue una parte importante de la investigación, porque gracias a esto tenemos presente el estado en que se encuentra y lo importante que sería implementar este producto para mejorar su calidad de vida.

Tema

Mejorar el menú de la alimentación de la fundación *Acogiendo la Sabiduría* centro de atención especializada para el adulto mayor, mediante una propuesta de mejoramiento.

Problema de investigación

La comida tipo miel es de uso exclusivo en los hospitales, y no ha sido del todo reconocida. Se encontró que existen adultos de la tercera edad que por sus problemas patológicos es necesario implementar la comida tipo miel. Por medio de este proyecto se quiere dar a conocer la comida tipo miel y los beneficios que esta podría traer evitando en un futuro procesos invasivos.

En cuanto al menú, se va a establecer una propuesta de mejoramiento para tener en cuenta el tipo de alimentación que necesita el adulto mayor, en donde también juega un papel importante las calorías que necesitan.

Planteamiento del problema

Los adultos de la tercera edad requieren de un cuidado especializado ya que algunos de ellos se encuentran en un estado de vulnerabilidad, que por problemas patológicos necesitan el apoyo de una alimentación saludable, y así poderles brindar una mejor calidad de vida. En donde se busca implementar comida tipo miel con materia prima de buena calidad, teniendo en cuenta los valores alimentarios que necesitan en su alimentación y los beneficios que le podría brindar.

Formulación del problema

¿Cómo mejorar desde el punto de vista funcional la aplicación gastronómica que se lleva a cabo en la fundación acogiendo la sabiduría?

Justificación

Los adultos de la tercera edad necesitan una alimentación sana y balanceada sin ningún tipo de exceso, ya que algunos de ellos se encuentran en deterioro de salud, para poder evaluar el menú se tuvo en cuenta al que se fue permitido acceder de la fundación acogiendo la sabiduría, y se realizó la propuesta de mejoramiento teniendo en cuenta las calorías que este le aporta, los alimentos que consumen y mediante esa información se hizo la propuesta teniendo en cuenta las calorías que ofrece la tabla del INCAP “Instituto de nutrición de centro América y Panamá” (Menchú, 2012; Méndez 2012).

La comida tipo miel no es reconocida como se espera, porque esta es solo de uso hospitalario, por tal razón se ve limitado su conocimiento y consumo, y no se tiene en cuenta como en realidad debería estarlo para mejorar la calidad de vida de los adultos de la tercera edad. Se busca implementar la comida tipo miel brindándole un olor y sabor agradable para facilitar su consumo y aceptación, teniendo en cuenta el menú diario que manejan para así poder desarrollar en él una buena implementación de la materia prima que manejan diariamente.

Teniendo en cuenta que el objetivo es mejorar su calidad de vida por medio de la aplicación gastronómica que en este caso es la comida tipo miel, para prolongar una alimentación saludable sin ningún proceso invasivo. Para llevar a cabo el producto se tendrá presente el manejo y elaboración de los alimentos para que el resultado sea de buena calidad y tenga una buena aceptación.

Objetivos

Objetivo general

Elaborar una propuesta gastronómica, empleando la comida tipo miel, utilizando como espesante, papa pastusa, en la fundación acogiendo la sabiduría.

Objetivos específicos

Caracterizar el tipo de población que se encuentra en la fundación

Conocer la estructura del menú

Establecer la mejora en cuanto al contenido

Elaborar propuesta gastronómica, sin olvidar los valores alimentarios

Evaluar la aceptación

Marco referencial

Marco teórico

Fundaciones sin ánimo de lucro.

El propósito de las fundaciones sin ánimo de lucro es brindarle un bienestar social a las personas que se encuentran en un estado de vulnerabilidad, en este caso serían los adultos mayores, los cuales por su edad presentan pueden presentar problemas patológicos y necesitan de un cuidado especializado, y gracias a este tipo de fundaciones pueden obtener el bienestar que requieren, en donde en la Cámara de comercio logra definir la función y sus siglas:

“Las ESALES son personas jurídicas que se constituyen por la voluntad de asociación o creación de otras personas (naturales o jurídicas) para realizar actividades en beneficio de los asociados o de terceras personas o de la comunidad en general y no persiguen el reparto de utilidades entre sus miembros”. (Salcedo, 2013, p. 2).

Algunas personas de la tercera edad necesitan algunas adaptaciones al entorno, teniendo en cuenta que al llegar a la mayoría de edad es necesario que sean atendidas con responsabilidad, profesionalismo y tolerancia, ya sea por sus problemas de salud o abandono.

¿Qué es nutrición?.

Es importante mantener una nutrición balanceada para así no poner en riesgo nuestra salud, por eso tenemos que tener en cuenta consumir la cantidad necesaria de los alimentos que nos logra aportar los nutrientes que necesita nuestro organismo, y el realizar ejercicio ayuda a mantener un buen estado de salud. Se puede llegar a una malnutrición si no se tiene una buena alimentación, si esta es irregular o no se consume del todo alimentos sanos.

“La nutrición es la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo. Una buena nutrición (una dieta suficiente y equilibrada con el ejercicio físico regular) en un elemento fundamental de la buena salud.

Una mala nutrición puede reducir la inmunidad, aumentar la vulnerabilidad a las enfermedades, alterar el desarrollo físico y mental, y reducir la productividad”. (OMS, 2017).

¿Qué es una buena alimentación?.

Es importante que para tener una buena alimentación es necesario tener conocimiento que alimentos necesita el cuerpo y cuales benefician la salud del mismo, esto se puede lograr con acompañamiento de un nutricionista, esto puede ir de la mano con el ejercicio, teniendo presente

el estilo de vida que cada una de las personas lleve en cuanto a su alimentación y su vida cotidiana, ya que esto también es un factor positivo para nuestra salud, es muy importante tener presente que la buena alimentación depende de nosotros, si no se maneja una buena alimentación esto puede ser un riesgo para la salud, y esto puede conllevar a un sobre peso y enfermedades.

“Alimentarse bien consiste en proporcionar nutrientes adecuados a nuestro organismo a través de los alimentos que comemos. Combinar los alimentos adecuados es clave, ya que los diversos alimentos contienen diferentes niveles de nutrientes. La cantidad de nutrientes que una persona necesita varía con la edad, el sexo, la actividad y otros factores, pero en general todo el mundo necesita:

“Macronutrientes que se necesitan en grandes cantidades. Son: carbohidratos (almidones, azúcares y fibra dietética); grasas: hay varios tipos; proteínas: hay centenares de proteínas diferentes. Micronutrientes que se necesitan en pequeñas cantidades. Hay muchos, pero los que suelen faltar en la dieta son: minerales: hierro, yodo y zinc; vitaminas: vitamina A, vitaminas del grupo B (incluyendo folato) y vitamina C”. (FAO, 2016)

Nutrición en el adulto mayor.

Cuando se llega a la tercera disminuye la tolerancia a algunos alimentos la más común es la intolerancia al azúcar he hipertensión, en donde estas tienen que ser bajadas de inmediato, al disminuir la tolerancia a los alimentos consigo disminuye el peso y el índice de masa corporal de los adultos de la tercera edad, por eso es recomendable que tener una buena alimentación y que este sea manejado por un especialista para así poder prevenir malos estados de salud.

“Principio de la nutrición en los adultos mayores:

Realizar una alimentación:

Suficiente: para cubrir las necesidades y mantener el peso corporal en parámetros normales.

Completa: incluyendo alimentos de todos los grupos (frutas, verduras, cereales y tubérculos, leguminosas, alimentos de origen animal, lácteos, aceites y grasas, y azúcares)

Armónica: guardando relaciones entre el consumo de los distintos alimentos

Adecuada: a la situación del adulto mayor”. (Olmedo, 2012).

Con este aporte se tiene que tener en cuenta que las comidas que sean suministradas no pueden ser en exceso, en donde no se descarta que pueden existir adultos mayores con problemas dentarios, enfermedades patológicas, malos ingresos económicos y sería necesario implementar una alimentación cómoda y eficaz en cuanto a su nutrición para no tener problemas más adelante.

Cada uno de los alimentos tiene que proporcionale energía, proteínas, lípidos, minerales, hierro zinc, calcio, sodio, cromo, vitaminas. Por eso es necesario realizar un menú adecuado que contenga cada uno de los nutrientes requeridos para que su salud a futuro no se vea deteriorada.

Comida tipo miel.

La comida tipo miel es de uso hospitalario, también es conocida como comida puré, esta puede ser procesada también como cremas o potajes. La comida tipo miel es muy buena para los adultos mayores que poseen problemas patológicos o problemas dentales, gracias a este tipo de alimentación es posible brindarle una mejor calidad de vida a los adultos de la tercera edad y no recurrir a las intervenciones invasivas (Figura 1).

“El alimento en puré ideal debe ser uno “listo para tragar”, que no requiera masticar ni agregar saliva. Los alimentos en puré debe ser húmedos, cohesivos (que se mantienen unidos) y a esperos de cuchara. Los alimentos no deben ser pegajosos, grumosos, secos ni muy líquidos” (Dahi, 2015).

Esta puede ser preparada con frutas, verduras, legumbres, carnes y se puede emplear un espesante natural o modificado, o espesarla con la misma materia prima, en este caso se implementará la papa pastusa para brindarle un buen espesor al alimento para que este obtenga una mejor textura, en donde se tiene en cuenta que no cambiara su olor ni su sabor.



Figura 1. Comida tipo miel o puré (Fischer, 2017).

Marco histórico

Papa pastusa

La papa pastusa es un alimento muy importante en el mercado nacional, es un gran complemento alimenticio ya que aporta calorías y contiene poca grasa. También como pudimos observar, sirve como espesor para la comida tipo miel, ya que al ser utilizada en la preparación del producto con su cascara, esta logra que la papa al ser cocida pierda todos sus nutrientes.

“La papa es un alimento versátil y tiene un gran contenido de carbohidratos, es popular en todo el mundo y se prepara y sirve en una gran variedad de formas. Recién cosechada, contiene un 80 por ciento de agua y un 20 por ciento de materia seca. Entre el 60 por ciento y el 80 por ciento de esta materia seca es almidón. Respecto a su peso en seco, el contenido de proteína de la papa es análogo al de los cereales, y es muy alto en comparación con otras raíces y tubérculos”. (Porkop, 2008; Albert, 2008).

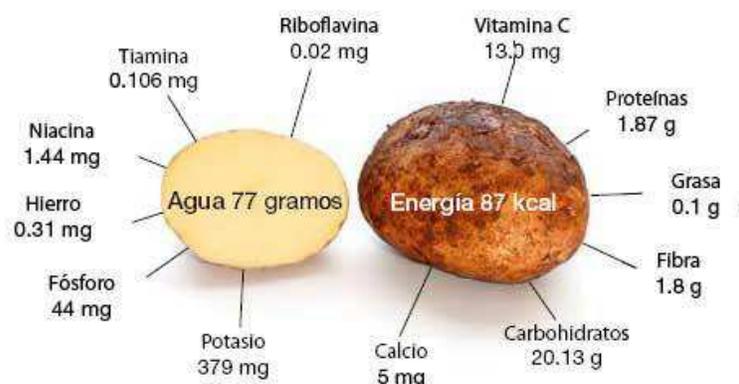


Figura 2. Papa pastusa, nutrientes (Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, base de datos nacional de nutrientes, 2008).

Marco legal

Tabla 1.

Marco legal del proyecto de investigación

Nombre de la norma	Descripción
Decreto 3075 de 1997	Por el cual se reglamenta parcialmente la Ley 09 de 1979 y se dictan otras disposiciones, como las buenas prácticas de manufactura.
Resolución 3168 de 2015	Requisitos para la notificación sanitaria, permiso sanitario y registro sanitario de alimentos.

Nota: Autoría propia

Marco de antecedentes

Establecer la clasificación nutricional de 90 adultos mayores pertenecientes al Plan “Nueva Sonrisa” del dispensario Santa Francisca Romana mediante el cuestionario Mini Nutricional Assessment, caracterizar la población estudio por sexo, edad y nivel económico, determinar los factores de riesgo con mayor prevalencia asociados al estado nutricional y validar la información obtenida en el MNA aplicado al adulto mayor a partir de las respuestas del informante, cuidador o familiar (Gonzalez, 2011).

Este proyecto de investigación tuvo como objeto proporcionar al centro de salud Boca de Caña un instrumento de información que fomente la alimentación saludable, en el adulto mayor. Por medio de una campaña publicitaria que fue de gran ayuda para ampliar los conocimientos y les permitió utilizar estos recursos para crear conciencia en la comunidad, dar a conocer la importancia de estar saludable y sano con una correcta alimentación para lograr mantener un mejor estilo de vida (Orellana, 2014).

Una adecuada nutrición influye directamente sobre el estado de salud, no sólo por lo que una buena situación nutricional representa con respecto a una menor mortalidad, sino también, en cuanto a lo que supone en prevención de enfermedades e incapacidades en los ancianos. Por estas y otras razones, y dado que se trata de un colectivo heterogéneo, con el aumento de la edad la dieta adquiere un papel relevante para el mantenimiento de la salud (Vizuete, 2005).

El estudio fue de tipo descriptivo, de corte transversal, no experimental, los datos se recolectaron en dos etapas, la primera constituyó el levantamiento de la línea de base y la segunda fue el diseño y validación del material educativo, la primera se realizó por medio de entrevistas realizadas a los participantes en las que recogió información de las variables tales como: Características del grupo, situación alimentaria y de salud, acceso de la población a material educativo sobre alimentación del adulto mayor, intereses y necesidades de información, con esta investigación como base se diseñó la guía, la misma que fue validada a través de una encuesta, en la que midió: el formato, el contenido y claridad de los mensajes.

Por tanto, esta guía fue el primer paso para tener una alimentación y estilo de vida saludable donde los adultos mayores escogieron mejor los alimentos con los que cuentan, nutriéndose de mejor manera y disminuyendo el apareamiento de enfermedades (Valverde, 2011).

Materiales y métodos

Tipo de investigación

Esta investigación fue de tipo mixta, teniendo en cuenta toda la historia, antecedentes, visita a la fundación, revisión de menú diario, implementando una opción nueva del menú para así poder resolver el problema planteado, de forma innovadora, teniendo en cuenta la realización de encuestas a los adultos mayores de la tercera edad que residen en la fundación, docentes del programa Tecnología en Gastronomía de la Uniagustiniana. Se dio a conocer el producto y los beneficios que este le podría brindar a los adultos de la tercera edad, teniendo la oportunidad de brindarles un producto de buena calidad, para así poder darles una mejor calidad de vida, los cuales se encuentran en un estado de vulnerabilidad. Por medio de la gastronomía se buscó mejorar este producto para que sea más factible, más conocido y sea más agradable a la hora de consumir.

Diseño experimental

En el diseño experimental se muestra el paso a paso de la realización del trabajo (figura 3).

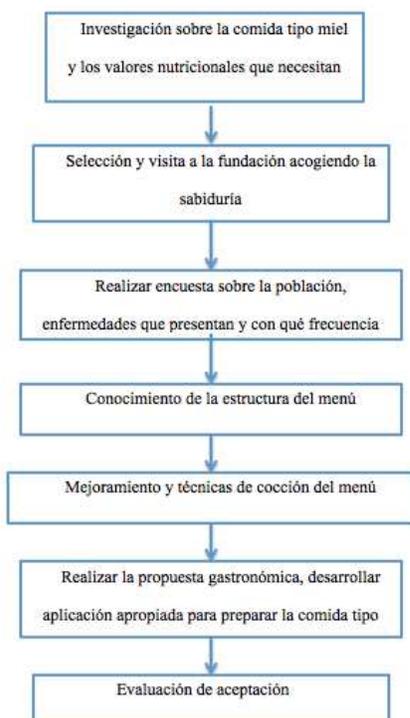


Figura 3. Diseño de la investigación. Autoría propia.

Fases del proyecto

Fase 1. Revisión bibliográfica.

Al inicio de la investigación se tuvo en cuenta que se iba a trabajar con adultos de la tercera edad, en donde por fuentes terciarias se investigó previamente sobre la comida tipo miel, donde se emplea más su consumo, el tipo de preparación en la cual puede ser presentada, y la importancia de esta misma para los adultos de la tercera edad. Ya que, la mayoría de los adultos de la tercera edad se encuentran en un estado de vulnerabilidad por problemas patológicos y/o problemas dentarios.

Se investigó sobre las organizaciones sin ánimo de lucro, las cuales son una ayuda para personas que se encuentran en un estado de vulnerabilidad y busca un bien social para personas que no tienen fácil acceso a una fundación privada y necesita de una atención especializada, que en este caso serían las personas de la tercera edad.

Gracias a la información que se recolecto, se llevara a cabo la preparación de comida tipo miel, para así poder brindarle a los adultos mayores una mejor calidad de vida por medio de una alimentación sana y fácil de digerir.

Fase 2. Transformación y obtención de la materia prima.

Se realizó la selección y visita a la fundación acogiendo la sabiduría, centro de atención especializado para el adulto mayor, ubicado en la localidad de Kennedy. Se realizaron encuestas para así recopilar información sobre el tipo de población que se encuentra en la fundación, conocer un poco del consumo de los alimentos y qué enfermedades padecen para tenerlo en cuenta a la hora de elaborar el producto.

Se hizo un conocimiento del menú diario que manejan en la fundación, al cual se le realizó un análisis y se encontraron fallas. Se decidió realizarle un mejoramiento al menú de la fundación acogiendo la sabiduria.

Fase 3. Elaboración de subproducto.

Al realizar el análisis del menú se procedió a desarrollar el mejoramiento en los puntos que se veían fallas. Para realizar la aplicación de la comida tipo miel, se debe tener una buena manipulación de alimentos, ya que este producto que será empelado para la alimentación de los adultos de la tercera edad manejará la alimentación adecuada para ellos, manejando todos los

parámetros establecidos tanto en las buenas prácticas de manipulación de alimentos, como de la implementación de este.

Fase 4. Aplicación gastronómica.

Se realizó la propuesta de implementar la comida tipo miel para los adultos de la tercera edad, para facilitar la alimentación de los adultos mayores. Su preparación puede ser con frutas, carne, verduras y legumbres, en este caso se realizó con verduras. Lo ideal es que a la hora de preparar este tipo de alimentos no se desperdicie de ninguna forma la materia prima, utilizando como espesante la papa pastusa la cual ayudó a darle una textura suave y no modifica su olor, sabor, ni color. El procedimiento llevado a cabo para cada una de las preparaciones se muestran en las figuras 4, 5, 6 y 7.

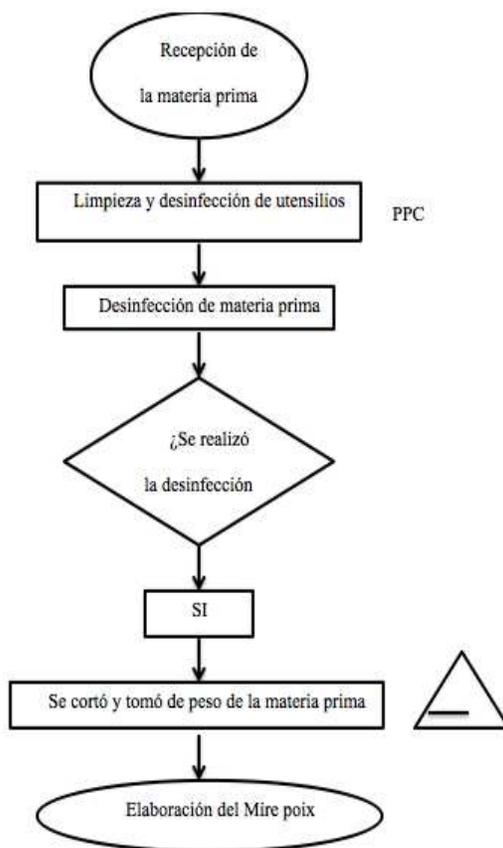


Figura 4. Diagrama de flujo fondo claro. Autoría propia, 2017.

Potaje de espinaca con auyama

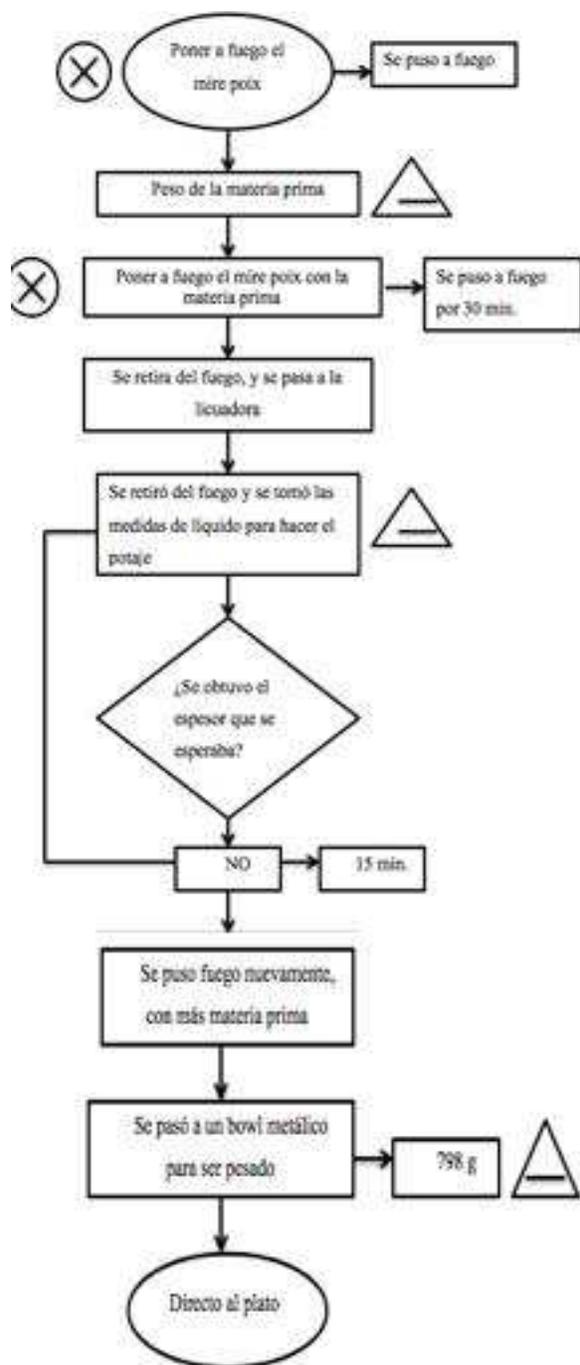


Figura 5. Diagrama de flujo del proceso de elaboración del potaje de espinaca con auyama. Autoría propia, 2017.

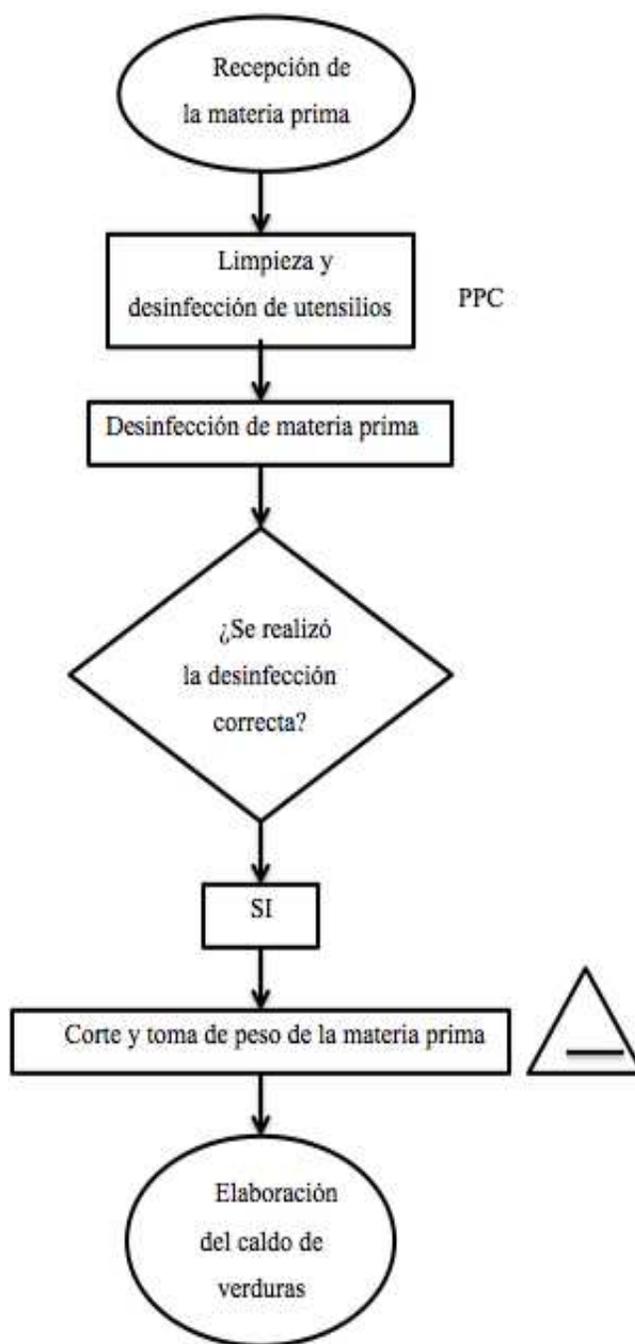


Figura 6. Diagrama de flujo del proceso de elaboración del fondo de verduras. Autoría propia, 2017.

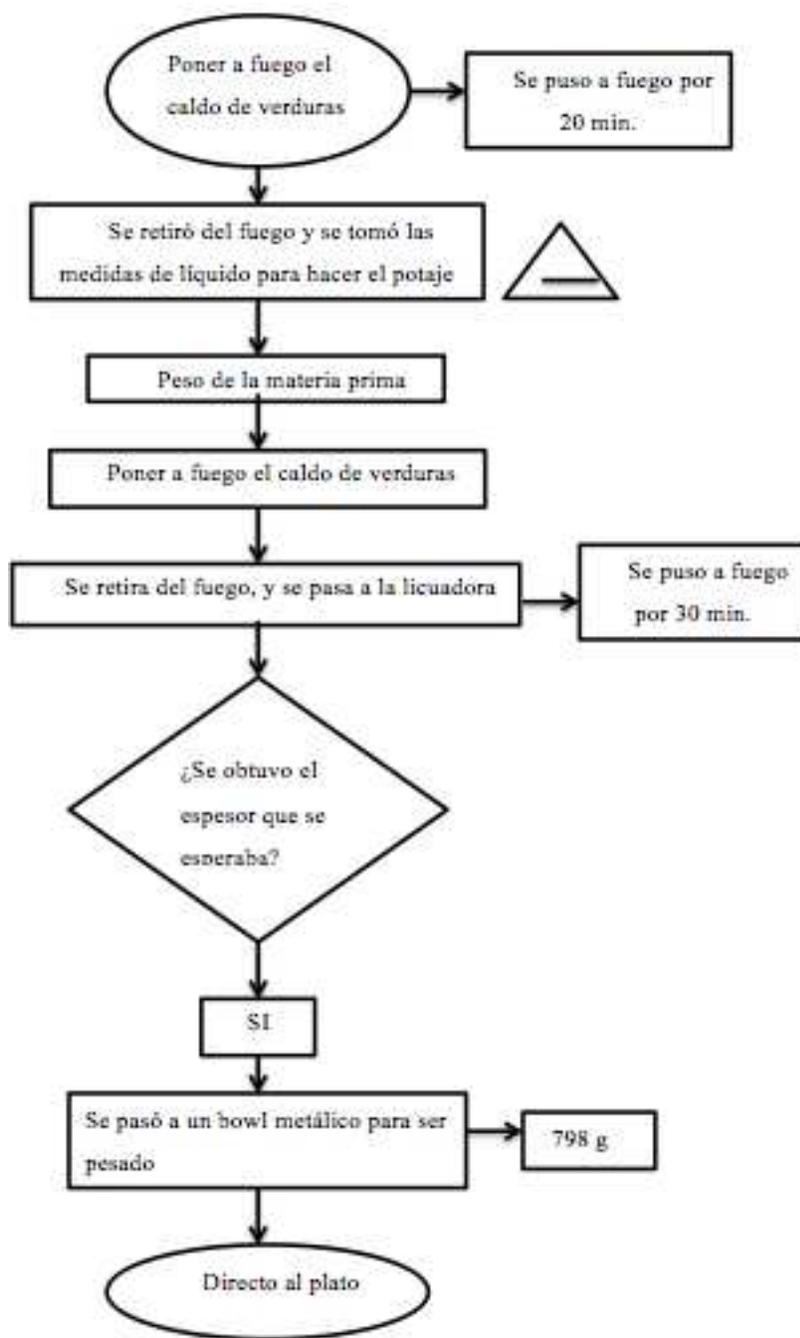


Figura 7. Diagrama de flujo del proceso de elaboración del potaje de verduras. Autoría propia, 2017.

Fase 5. Evaluación sensorial.

La evaluación sensorial se realizó a cinco docentes de la universitaria Uniagustiniana, y a los adultos de la tercera edad (población objetivo). la encuesta se realizó en la fundación Acogiendo la Sabiduría, a diez adultos de la tercera edad que se encuentran en la fundación (el esquema de las encuestas realizadas a la fundación y a los docentes se muestran en los anexos 1, 2, 3). Las respectivas fichas técnicas se muestra en las tablas 2, 3 y 4.

Tabla 2.

Ficha técnica, encuesta fundación acogiendo la sabiduría

Parámetro	Especificaciones
Unidad de observación	Personas
Población objetivo	Población de la fundación acogiendo la sabiduría
Universo representado	Adultos mayores de la tercera edad
Técnica	Encuesta escrita de 12 preguntas
Tamaño de la muestra	10 personas
Momento estadístico	18 de abril del 2017
Financiación	Recursos propios
Duración	15 minutos
Finalidad	Determinar la población y frecuencia de ciertos alimentos y conocimiento de la comida tipo miel
Número de preguntas	12
Tipo de pregunta	Cerradas
Quien aplica la encuesta	Laura Michell Forero Baza

Nota: Autoría propia, 2017.

Tabla 3.

Ficha técnica encuesta docentes de la Uniagustiniana del programa de tecnología en gastronomía

Parámetro	Especificaciones
Unidad de observación	Personas
Población objetivo	Docentes
Universo representado	Docentes de la universitaria Uniagustiniana
Técnica	Encuesta escrita de 7 preguntas
Tamaño de la muestra	10 encuestas
Momento estadístico	9 de mayo del 2017
Financiación	Recursos propios
Duración	15 minutos
Finalidad	Determinar el gusto, vista y olfato, sobre la comida con espesante y sin espesante y que conocimiento tenían de esta
Número de preguntas	7
Tipo de pregunta	Cerradas
Quien aplica la encuesta	Laura Michell Forero Baza

Nota: Autoría propia, 2017.

Tabla 4

Ficha técnica encuesta comida tipo miel

Parámetro	Especificaciones
Unidad de observación	Personas
Población objetivo	Población de la fundación acogiendo la sabiduría
Universo representado	Adultos mayores de la tercera edad
Técnica	Encuesta sensorial
Tamaño de la muestra	10 encuestas
Momento estadístico	13 de mayo del 2017
Financiación	Recursos propios
Duración	20 minutos
Finalidad	Determinar la aceptación del producto comida tipo miel
Número de preguntas	4
Tipo de pregunta	Cerradas
Quien aplica la encuesta	Forero Baza Laura Michell

Nota: Autoría propia, 2017.

Resultados y discusión

Para realizar el planteamiento y mejoramiento del menú de la fundación acogiendo la sabiduría, se realizó una evaluación del menú de la fundación por medio de la guía del INCAP “Instituto de nutrición de centro América y Panamá” (Menchú, 2012; Méndez 2012). El menú mostrado en las tablas 5 y 6 cuenta con un total de kilocalorías de 6692. Para poder calcular las kilocalorías de este menú se tuvo en cuenta la guía alimentaria basada en alimentos para población colombiana mayor de dos años del INCAP “ Instituto de nutrición de centro América y Panamá”. (Menchú, 2012; Méndez 2012).

Tabla 5.

Menú fundación Acogiendo la Sabiduría, desayuno y medias nueves

Día	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Menú	1 VLE + PI+PF (papaya)	1 VLE + HC + P + PF (papaya).	1 VLE + P + PF	1 VLE + PI+ PF	1 VLE + HC + PI + PF	1 VLE + P + PF	1 VLE + PI + PF

VLE: Vaso de Leche Entera; PI: Pan Integral; PF: Porción de Fruta; HC: Huevo Cocinado; P: Ponqué.

Tabla 6.

Menú fundación Acogiendo la Sabiduría, almuerzo, onces y comida

Día	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Menú	1 PA +	1	1PA+1PPo	1PA+2AM	1PA+1PA _t	1PA +	1PA+1PS+
Almuerzo	PPY + 1 PG	PA+1PC+ 1PP + 1PV	+ 1PG	+1PV	+ 1PPY	1PPo+1PP	1PV
Menú	1PCL+GS	1PCL+PI	1PA+P	1PCL+GS	1PA+PI	1PCL+P	1PCL+GS
onces							

Menú	1CV+1VL						
comida							

PA: Porción de Arroz; PPY: Porción Pequeña de Yuca; PG: Porción de Garbanzo; PC: Porción de Carne; PP: Porción de Papa; PV: Porción de Verdura; PPO: Porción de Pollo; AM: Albóndigas Medianas; Pat: Porción de Atún; PS: Porción de Sardina; CL: Café con Leche; GS: Galletas de Soda; Av: Avena; P: Ponqué; CV: Crema de Verduras; VL: Vaso de Leche.

Nota: Autoría propia, 2017.

Planteamiento de mejora, menú fundación *Acogiendo la Sabiduría*

Para realizar el planteamiento del nuevo menú de la fundación acogiendo la sabiduría, se empleó la guía del INCAP “Instituto de nutrición de centro América y Panamá” (Menchú, 2012; Méndez, 2012).

Se tuvo en cuenta las kilocalorías que pueden consumir en el desayuno, medias nueves, almuerzo, onces y cena, en donde se sacó un subtotal de las kilocalorías de cada uno de los alimentos que consumen en el día y al final se sumaron para rectificar si se encontraban todas las kilocalorías requeridas, las cuales se encuentran entre 2.000 – 2.200 (Tablas 7, 8, 9, 10 y 11).

Tabla 7.

Grupos de alimentos desayuno

Grupo de alimentos	Porción	Kilocalorías	Kilocalorías Totales
Cereales, raíces, tubérculos, plátanos	1	88	88
Frutas y verduras	2	55	110
Leche y productos lácteos	1	87	87
Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	1	77	77
Grasas	1	45	45

Azúcares	1	81	81
Subtotal			488

Nota: Autoría propia, 2017.

Tabla 8.

Grupos de alimentos medias nuevas

Grupo de alimentos	Porción	Kilocalorías	Kilocalorías Totales
Cereales, raíces, tubérculos, plátanos	1	88	88
Frutas y verduras	2	55	110
Leche y productos lácteos	1	87	87
Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	2	55	110
Grasas	0	0	45
Azúcares	0	0	81
Subtotal			395

Nota: Autoría propia, 2017.

Tabla 9.

Grupos de alimentos almuerzo

Grupo de alimentos	Porción	Kilocalorías	Kilocalorías Totales
Cereales, raíces, tubérculos, plátanos	2	88	179
Frutas y verduras	2	24	48
Leche y productos lácteos	0	0	87

Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	1	79	79
Grasas	0	0	0
Azúcares	1	45	45
Subtotal			433

Nota: Autoría propia, 2017.

Tabla 10.

Grupos de alimentos onces

Grupo de alimentos	Porción	Kilocalorías	Kilocalorías Totales
Cereales, raíces, tubérculos, plátanos	1	88	88
Frutas y verduras	2	55	110
Leche y productos lácteos	1	87	87
Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	1	79	79
Grasas	0	0	0
Azúcares	1	86	86
Subtotal			450

Nota: Autoría propia, 2017.

Tabla 11.

Grupos de alimentos cena

Grupo de alimentos	Porción	Kilocalorías	Kilocalorías Totales
Cereales, raíces, tubérculos, plátanos	2	88	88
Frutas y verduras	2	24	110

Leche y productos lácteos	0	0	0
Carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	1	79	79
Grasas	0	0	0
Azúcares	1	81	81
Subtotal			387

Nota: Autoría propia, 2017.

Menú con los alimentos implementados

Para realizar la distribución correcta de los alimentos se implementó la guía del INCAP “Instituto de nutrición de centro América y Panamá”. (Menchú, 2012; Méndez 2012). Teniendo en cuenta las kilocalorías requeridas para los adultos de la tercera edad, las cuales se encuentran en el rango 2.000 – 2.220 y las kilocalorías totales fueron: 2.153.

Tabla 12.

Menú con alimentos implementados desayuno

Grupo de alimentos	Alimento	Cantidad	Unidad casera
Cereales, raíces, tubérculos, plátanos	Avena en hojuelas	24 g	4 cucharadas soperas
Frutas y verduras	Melón/papaya	126 g/ 128 g	1 tajada delgada /1 unid
Leche y productos lácteos	Leche baja en grasa	200 g	Vaso mediano
Carne, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	Huevo de gallina crudo	50 g	5 unidades pequeñas
Grasas	Aceite de oliva	5 g	1 cuchara sopera

Nota: Autoría propia, 2017

Tabla 13.

Menú con alimentos implementados medias nuevas

Grupo de alimentos	Alimento	Cantidad	Unidad casera
Cereales, raíces, tubérculos, plátanos	Galletas integrales	20 g	2 unid
Frutas y verduras	Banano común/fresas	65 g/ 161 g	½ grande /9 unid
Leche y productos lácteos	Kumis dietético	200 g	Vaso mediano
Carne, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	Maní sin sal / avellanas tostadas	10 g / 7 g	1 cuchara sopera / 5 unid
Grasas			
Azúcares			

Nota: Autoría propia, 2017.

Tabla 14.

Menú con alimentos implementados almuerzo

Grupo de alimentos	Alimento	Cantidad	Unidad casera
Cereales, raíces, tubérculos, plátanos	Arroz blanco cocido/cuchuco de cebada	80 g/ 27 g	6 cucharas soperas / 14 cucharas soperas
Frutas y verduras	Arveja verde/zanahoria baby	42 g/ 39 g	3 cucharas soperas/8 unid
Leche y productos lácteos			
Carne, huevos, leguminosas secas,	Muslo de pollo sin hueso y sin piel / lentejas con guiso	60 g / 70 g	1 cuchara sopera

frutos secos y semillas	
Grasas	Aceite de oliva
Azúcares	

Nota: Autoría propia, 2017.

Tabla 15.

Menú con alimentos implementados onces

Grupo de alimentos	Alimento	Cantidad	Unidad casera
Cereales, raíces, tubérculos, plátanos	Maicena (fécula de maíz)	25 g	4
Frutas y verduras	Manzana / pera	112 g/ 133 g	1 unid / ½ unid
Leche y productos lácteos	Yogur dietético	200 g	Vaso
Carne, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	Jamón	84 g	4 tajadas
Grasas			
Azúcares	Bocadillo de guayaba	30 g	1 tajada

Nota: Autoría propia, 2017.

Tabla 16.

Menú con alimentos implementados cena

Grupo de alimentos	Alimento	Cantidad	Unidad casera
Cereales, raíces, tubérculos, plátanos	Arroz blanco / tostada integral	80 g / 37 g	6 cucharas soperas / 1 unid
Frutas y verduras	Zanahoria / habichuela enlatada	58 g / 100g	½ pocillo / ¾ pocillo

Leche y productos lácteos			
Carne, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas	Carne de res	60 g	1/8 libra
Grasas			
Azúcares	Miel	21 g	1 cuchara sopera

Nota: Autoría propia, 2017.

Encuesta conocimiento de la población en la fundación *Acogiendo la Sabiduría* y docentes de la Universitaria Agustiniiana

Se realizó un tipo de encuesta la fundación *Acogiendo la Sabiduría* para obtener información sobre las características de la población (Tabla 17). También se realizó una encuesta sensorial y de conocimiento de la comida tipo a los docentes de la Universitaria Uniagustiniana y a los adultos de la tercera edad de la fundación, *acogiendo la sabiduría*, el resumen de los resultados se pueden observar en las siguientes tablas: 18, 19, 20 y Tabla 21.

Población objetivo

Adultos mayores de la tercera edad con déficit de habilidad para triturar los alimentos con su dentadura.

Marco muestra.

Adultos de tercera edad que se encuentran en fundaciones, en este caso se tendrán en cuenta las personas integrantes de la fundación *acogiendo la sabiduría*.

Diseño muestra.

10 personas divididas de la siguiente manera:

6 Mujeres con edades entre: 68 y 94 años

4 Hombres con edades entre: 78 y 92 años

Método de medición.

Encuestas físicas medidas por gráficas

Tabla 17.

Estadísticas generales comida tipo miel

CCTM	PAE	FCV	FCF	FCC	FCP	FCA
		Todos	Todos	Todos	Día de	Día de
	Si	los días	los días	los días	por medio	por medio
Si 30%	100%	80%	100%	50%	80 %	90 %
		Día de		Día de		
	No	por medio	Nunca/ a	por medio	Nunca	Nunca
No 70%	0%	20 %	veces 0%	40 %	20%	10%

Nunca

10%

FCF: Frecuencia de consumo de frutas; FCC: Frecuencia de Consumo de Carne; FCP: Frecuencia de Consumo de Pollo; FCA: Frecuencia de Consumo de Azúcar; PAE: Padece de Alguna Enfermedad; CCTM: Conocimiento de la Comida Tipo Miel; FCV: Frecuencia de Consumo de Verduras.

Nota: Autoría propia, 2017.

Población objetivo.

Docentes de la Universitaria Uniagustiniana

Marco muestra.

Docentes que hacen parte de la educación institucional de la Uniagustiana de la facultad tecnología gastronomía para los que se realiza una encuesta sobre potaje de espinaca con auyama y espesante.

Diseño muestra.

5 personas

Método de medición.

Encuestas físicas medidas por graficas

Tabla 18.

Resultados evaluación sensorial de la comida tipo miel

Conocimiento sobre comida tipo miel	Medición del sabor 1 a 5	Agrado por Textura y Olor	Agrado por Color
Si 60%	2-20%	SI 80%	SI 60%
No 40%	3-20%		
	4-40%	NO 20 %	NO 40 %
	5-20%		

Nota: Autoría propia, 2017.

Población objetivo.

Docentes de la Universitaria Uniagustiniana

Marco muestra.

Docentes que hacen parte de la educación institucional de la Uniagustiana de la facultad tecnología gastronomía para los que se realiza una encuesta sobre potaje de verduras

Diseño muestra.

5 personas

Método de medición.

Encuestas físicas medidas por graficas

Encuesta sensorial fundación *Acogiendo la sabiduria***Población objetivo.**

Adultos mayores de la tercera edad con déficit de habilidad para triturar los alimentos con su dentadura.

Marco muestra.

Adultos de tercera edad que se encuentran en fundaciones, en este caso se tendrán en cuenta las personas integrantes de la fundación acogiendo la sabiduría, para realizarles la encuesta sensorial.

Diseño muestra.

10 personas divididas de la siguiente manera:

6 mujeres con edades entre: 68 y 94 años

4 hombres con edades entre: 78 y 92 año

Método de medición.

Encuestas físicas medidas por gráficas.

Tabla 19.

Estructura física Comida Tipo Miel, potaje de espinaca con auyama (puntaje 1 más bajo – 5 mas alto)

Agrado por Olor	Agrado por Color	Textura	Agrado por Sabor
1-0%	1-0%	1-0%	1-0%
2-0%	2-0%	2-0%	2-10%
3-20%	3-20%	3-20%	3-20%

4-50%	4-40%	4-40%	4-20%
5-30%	5-40%	5-40%	5-50%

Nota: Autoría propia, 2017.

Población objetivo.

Adultos mayores de la tercera edad con déficit de habilidad para triturar los alimentos con su dentadura.

Marco muestra.

Adultos de tercera edad que se encuentran en fundaciones, en este caso se tendrán en cuenta las personas integrantes de la fundación acogiendo la sabiduría.

Diseño muestra.

10 personas divididas de la siguiente manera:

6 mujeres con edades entre: 68 y 94 años

4 hombres con edades entre: 78 y 92 años.

Método de medición.

Encuestas físicas medidas por graficas

Tabla 20.

Estructura física Comida tipo miel, potaje de verduras (puntaje 1 más bajo – 5 más alto)

Agrado por Olor	Agrado por Color	Textura	Agrado por Sabor
1-10%	1-10%	1-10%	1-10%
2-20%	2-10%	2-0%	2-10%
3-20%	3-10%	3-20%	3-10%
4-10%	4-40%	4-30%	4-20%
5-40%	5-30%	5-40%	5-50%

Nota: Autoría propia, 2017.

Conclusiones

Al tener conocimiento del menú de la fundación acogiendo la sabiduría, se observaron algunas fallas, al cual se le estableció una mejoría en cuanto a su contenido.

Cuando se realizó la propuesta de mejoramiento en el menú, se tuvo en cuenta las kilocalorías que le brinda cada alimento en los días correspondidos.

Al realizar la primera preparación, se observó que el alimento tiene mejor textura, sabor, color y olor sin espesante.

Se realizó la propuesta gastronómica de la comida tipo miel para brindarle una mejor calidad de vida al adulto mayor.

Recomendaciones

Continuar con la investigación de la comida tipo miel e implementarla más en el medio gastronómico pensando en la estabilidad y salud de los adultos de la tercera edad, ya que se encontró personas que no tienen un concepto claro de la comida tipo miel y cuáles serían sus beneficios para los adultos de la tercera edad.

Elaborar un recetario, supliendo las necesidades que los adultos mayores necesitan para tener una alimentación balanceada y sea un beneficio para su salud.

Ampliar más la investigación sobre la comida tipo miel, que otro tipo de preparaciones podrían ser factibles y saludables para los adultos de la tercera edad.

Referencias

Alarcón Valverde, C. R (2011). *Diseño y validación de material educativo sobre alimentación en el adulto mayor, parroquia Bayushig, canton Penipe (Tesis de grado, Escuela Superior Politécnica de Chimborazo)*. Recuperado de <http://dspace.esPOCH.edu.ec/bitstream/123456789/1169/1/34T00239x.pdf>

Dahi, J.W (2015). *Comidas en puré para problemas para tragar, University of Florida IFAES Extensión*. Recuperado de <http://edis.ifas.ufl.edu/fs181>

FAO (2016). *Una buena alimentación para toda la familia, Organización de las naciones unidas para la alimentación y la agricultura*. Recuperado de <http://www.fao.org/pulses-2016/news/news-detail/es/c/382991/>

Fischer, E (2017). *Comida tipo miel o puré [Fotografía]*. Recuperado de <https://www.recetasgratis.net/articulo-recetas-de-dieta-blanda-71535.html>

González González, J.L (2011). *Evaluación del estado nutricional de un grupo de adultos mayores pertenecientes al plan nueva sonrisa dispensario Santa francisca romana (Trabajo de grado, Pontificia Universidad Javeriana)*. Recuperado de <https://www.javeriana.edu.co/biblos/tesis/ciencias/tesis708.pdf>

González Orellana, S. I (2014). *Alimentación saludable del adulto mayor en el centro de salud boca de caña, del cantón Samborondón 2014 - 2015 (Proyecto de investigación, Universidad de Guayaquil)*. Recuperado de <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/7660/1/TESIS%20ALIMENTACION%20SALUDABLE%20DEL%20ADULTO%20MAYOR.pdf>

Menchú, MT. y Méndez H. (2012). *Tabla de composición de alimentos de Centroamérica [e-book]*. Recuperado de www.incap.int/index.php/es/.../80-tabla-de-composicion-de-alimentos-de-centroamerica

Ministerio de protección social (1997) *Decreto 3075*. Recuperado de https://www.invima.gov.co/images/stories/aliementos/decreto_3075_1997.pdf

Ministerio de salud y protección social (26 de agosto de 2015). *Que mediante resolución 2674 de 2013 este ministerio reglamentó el artículo 126 del decreto – ley 019 de 2012, respecto a los requisitos para la notificación sanitaria, permiso sanitario y registro sanitario de alimentos*.

[Resolución 2674]. Recuperado de <https://www.ica.gov.co/normatividad/normas-ica/resoluciones-oficinas-nacionales/2015/2015r3168.aspx>

Olmedo, T.J. (2012). (08 de octubre de 2012). *Requerimientos dietéticos para adultos mayores* [marzo, 2017]. Recuperado de <http://requerimientosadultomayor.blogspot.com/2012/10/requerimientos-nutricionales-del-adulto.html>

OMS (2017). *Nutrición, Organización mundial de la salud*. Recuperado de <https://www.who.int/topics/nutrition/es/>

Prokop, S. y Albert, J. (2008). *Las papas, la nutrición y la alimentación. Organización de las naciones unidas para la alimentación y la agricultura*. Recuperado de <http://www.fao.org/potato-2008/es/lapapa/hojas.html>

Salcedo, M (2013). *Abc de ESALES[e-book]*. Recuperado de <https://bibliotecadigital.ccb.org.co/bitstream/handle/11520/8346/el%20abc%20de%20esales%202013%20completo.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Anexos

Anexo 1. Encuesta verificación población de la fundación acogiendo la sabiduría

Encuesta	
Nombre:	
Sexo:	
	<ul style="list-style-type: none"> • Hombre • Mujer
Edad:	
1. ¿Sabe qué tipo de alimentación podría facilitar la deglución para los adultos mayores?	
Si su respuesta es sí mencione cual conoce:	
	<ul style="list-style-type: none"> • Sí • No
Otro:	
2. ¿Tiene algún conocimiento de la comida tipo miel?	
	<ul style="list-style-type: none"> • Sí • No
3. ¿Le gustaría tener conocimiento sobre la comida tipo miel?	
	<ul style="list-style-type: none"> • Sí • No • Tal vez
4. Padece de algunas de las siguientes enfermedades	
	<ul style="list-style-type: none"> • Diabetes • Hipertensión • Alzheimer • Demencia Senil • Infección urinaria crónica • Evento cerebrovascular
5. ¿Cuántas comidas consume al día?	
	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 2 • 3 • 4 • 5

6. ¿Teniendo en cuenta que la comida tipo miel tiene mayor uso en la comida hospitalaria, cree usted que es importante aumentar el conocimiento e información del mismo?
<ul style="list-style-type: none">• Sí• No
7. ¿Con que frecuencia consume usted verduras?
<ul style="list-style-type: none">• Todos los días• Día de por medio• Nunca
8. ¿Con que frecuencia consume usted frutas?
<ul style="list-style-type: none">• Todos los días• Día de por medio• Nunca
9. ¿Con que frecuencia consume usted carne?
<ul style="list-style-type: none">• Todos los días• Día de por medio• Nunca
10. ¿Con que frecuencia consume usted pollo?
<ul style="list-style-type: none">• Todos los días• Día de por medio• Nunca
11. ¿Con que frecuencia consume usted azúcar?
<ul style="list-style-type: none">• Todos los días• Día de por medio• Nunca
12. ¿Cuál cree que sería el tipo de menú que maneja la comida tipo miel?
<ul style="list-style-type: none">• Comida rápida• Comida vegetariana• Comida triturada (Puré)• Sopa y jugos

Anexo 2. Encuesta análisis sensorial a los docentes de la Universitaria Agustiniiana del programa de Tecnología en Gastronomía, potaje de espinaca con auyama, con espesante.

Comida tipo miel Teniendo en cuenta que la comida tipo miel es de uso exclusivo hospitalario, por medio de la gastronomía se quiere dar a conocer y brindarle más importancia a este tipo de alimento, para mejorar la calidad de vida de los adultos de la tercera edad y hacer más fácil su alimentación. Lea atentamente y marque con una X.
Potaje de espinaca con auyama, con espesante
Edad
1. ¿Tiene algún conocimiento sobre la comida tipo miel?
• Sí
• No
2. De 1 a 5 como le pareció el sabor, teniendo en cuenta que 1 es malo y 5 es muy bueno
• 1
• 2
• 3
• 4
• 5
3. ¿Le gusto la textura de la comida tipo miel?
• Sí
• No
4. ¿Le pareció agradable el olor de la comida tipo miel?
• Sí
• No
5. ¿Le parece que tiene un color agradable a la hora de presentarlo?
• Sí
• No
6. ¿Le gustaría que la comida tipo miel fuera más conocida?
• Sí
• No
7. ¿Cree que por medio de la gastronomía se podría brindar buenas implementaciones a este tipo de alimentos?
• Sí
• No

Comida tipo miel Teniendo en cuenta que la comida tipo miel es de uso exclusivo hospitalario, por medio de la gastronomía se quiere dar a conocer y brindarle más importancia a este tipo de alimento, para mejorar la calidad de vida de los adultos de la tercera edad y hacer más fácil su alimentación. Lea atentamente y marque con una X.
Potaje de verduras
Edad
1. ¿Tiene algún conocimiento sobre la comida tipo miel?
• Si
• No
2. De 1 a 5 como le pareció el sabor, teniendo en cuenta que 1 es malo y 5 es muy bueno
• 1
• 2
• 3
• 4
• 5
3. ¿Le gusto la textura de la comida tipo miel?
• Si
• No
4. ¿Le pareció agradable el olor de la comida tipo miel?
• Si
• No
5. ¿Le parece que tiene un color agradable a la hora de presentarlo?
• Si
• No
6. ¿Le gustaría que la comida tipo miel fuera más conocida?
• Si
• No
7. ¿Cree que por medio de la gastronomía se podría brindar buenas implementaciones a este tipo de alimentos?
• Si
• No

Anexo 3. Encuesta sensorial realizada al adulto mayor en la fundación, acogiendo la sabiduría, potaje de espinaca con auyama.

Potaje de espinaca con auyama	Olor	Color	Textura	Sabor
1				
2				
3				
4				
5				

Potaje de verduras	Olor	Color	Textura	Sabor
1				
2				
3				
4				
5				

