



Uma experiência de refeições agradável deve corresponder aos padrões de qualidade de Cuidados a Idosos



Padrão 1: Dignidade e escolha do consumidor

"Sou tratado com dignidade e respeito, e posso manter a minha identidade própria. Posso fazer escolhas informadas sobre os meus cuidados e serviços, e posso viver a vida que eu escolho."



Padrão 2: Avaliação contínua e planeamento com os consumidores

"Sou parte activa na avaliação contínua e planeamento que me ajuda a obter os cuidados e os serviços de que necessito para a minha saúde e bem-estar."



Padrão 4: Serviço e Assistência na Vida Diária

"São-me prestados serviços e assistência na minha vida diária, que considero importantes para a minha saúde e bem-estar, e que me permite fazer aquilo que eu quero fazer."

A equipa responsável pelos seus cuidados deve considerar os seguintes factores ao planear as suas refeições:

- ✓ **Compreender o que gosta e não gosta**
A equipa responsável pelos seus cuidados deve saber onde e quando gosta de comer, com quem gosta de comer, o que come e bebe, quanto come e bebe, e como gosta que a sua refeição seja apresentada.
- ✓ **Verificar consigo se houve alguma alteração naquilo que gosta e não gosta**
Pode mudar de ideias sobre o que gosta e não gosta em qualquer momento, por ex: pode querer comer no seu quarto num dia e conviver com as outras pessoas na sala de jantar noutro dia.
- ✓ **Oferecer-lhe opções de refeições que correspondam aos seus gostos**
Isso pode incluir um horário de refeições mais prolongado, que lhe permite comer quando lhe convém melhor; refeições buffet; self-service; e encomendar de uma ementa de forma a poder escolher a sua própria comida e bebida.





✓ **Relacionarem-se consigo durante as refeições**

O pessoal deve estar disponível para lhe dar o apoio e assistência que precisar ou solicitar durante as refeições, e conversar consigo, se o tempo permitir.

✓ **Respeitar a sua dignidade**

A sua dignidade deve ser sempre respeitada, independentemente de como come, onde come, e o que come.

✓ **Respeitar os seus imperativos culturais, religiosos e alimentares**

Pode incluir comida e talheres culturalmente adequados, tais como pauzinhos, colheres, garfos e tigelas de lavar as mãos, e dar-lhe o tempo necessário para orações segundo a sua cultura e tradição durante as refeições. Lembre-se que as suas preferências são importantes e não devem ser ignoradas.

✓ **Oferecer refeições e snacks com bom aspecto, cheiro e paladar agradáveis e servidos a uma temperatura e com uma textura adequadas**

Isso é independentemente de quando ou onde escolher comer e da distância que se encontra da cozinha.





Deve sentir-se à vontade para falar com a equipa responsável pelos seus cuidados sobre o que gosta e não gosta, e as suas preferências, incluindo:

- ✓ **Pedir para partilhar uma refeição com os seus familiares**
Pode solicitar um local calmo para jantar com os seus familiares e amigos, longe da sala de jantar. Se os seus familiares não moram perto, pode pedir ao pessoal para organizar uma chamada de vídeo durante as horas das refeições.
- ✓ **Pedir para conhecer os chefes de cozinha e cozinheiros para lhes dar a saber o que pensa da comida e outras sugestões para receitas, refeições e snacks**
Os chefes de cozinha, os cozinheiros e os prestadores de cuidados podem partilhar uma refeição consigo, se o tempo o permitir.
- ✓ **Dar sugestões sobre a sua experiência de refeições**
Isso pode incluir o que pensa sobre a ementa ou sobre a sala de jantar e a apresentação da mesa posta.
- ✓ **Sentir-se confiante que pode dar o seu Feedback ao pessoal ou ao provedor de cuidados a idosos sobre a sua experiência da alimentação e refeições e que o seu feedback será respeitado e bem recebido.**
Deve poder dar o seu feedback sem ser considerado incómodo ou haver consequências negativas.



Alguns funcionários podem não ter conhecimento das suas necessidades e dos seus gostos.

Informe-os sobre as suas preferências de refeições e necessidades incluindo o que gosta de comer e quanto, quantas vezes quer comer e qualquer assistência que gostaria de ter.

Pode preencher uma 'Folha de preferências de comida e refeições' no site www.agedcarequality.gov.au/resources/food-and-dining-preferences-fact-sheet e pedir que a mesma lhe seja disponibilizada no seu quarto.



