



Hoja informativa para los residentes de los hogares de personas mayores

Spanish | Español

Disfrutar de la mesa en un hogar de residentes mayores

Esta hoja informativa presenta lo que usted y su equipo de atención pueden hacer para que disfrute de su experiencia gastronómica.



La experiencia gastronómica incluye la comida y las bebidas proporcionadas, el servicio que recibe y el ambiente. Una buena experiencia gastronómica mejora su bienestar y aumenta su calidad de vida.

Por qué importa

Las investigaciones muestran que una buena experiencia gastronómica aumenta el disfrute de la comida y las bebidas. Comer bien le ayuda a mantenerse bien nutrido y saludable. Puede reducir la probabilidad de pérdida de peso, desnutrición, fragilidad, caídas y problemas de salud.

Cómo se hace

Su experiencia gastronómica debe ser placentera, respetuosa y satisfacer sus preferencias, independientemente de dónde, cuándo, qué y cómo coma y con quién comparte mesa.

Su equipo de cuidado de alimentos y comedores incluye personal de servicio de alimentos, personal de cuidado, así como chefs y cocineros que deben estar capacitados en la preparación de alimentos para personas mayores. Deben trabajar con usted como un equipo.





Una experiencia gastronómica agradable debe cumplir con los Estándares de Calidad para el Cuidado de Personas Mayores



Estándar 1: Dignidad y elección del consumidor

"Me tratan con dignidad y respeto, y puedo mantener mi identidad. Puedo tomar decisiones informadas sobre mi atención y servicios, y vivir la vida que elijo".



Estándar 2: Evaluación y planificación continua con los consumidores

"Soy socio en la evaluación y planificación continuas que me ayudan a obtener la atención y los servicios que necesito para mi salud y bienestar".



Estándar 4: Servicio y apoyo para la vida diaria

"Recibo los servicios y apoyos para la vida diaria que son importantes para mi salud y bienestar y que me permiten hacer las cosas que deseo hacer".

Su equipo de atención debe considerar estos factores al planificar su experiencia gastronómica:

✓ Entender lo que le gusta y lo que no le gusta

Su equipo de atención debe saber dónde y cuándo le gusta comer, con quién le gusta comer, qué y cuánto come y bebe, y cómo le gusta que se presente su comida.

✓ Hablar con usted, ya que sus gustos y lo que le desagrada pueden cambiar

Puede cambiar de opinión sobre sus gustos y lo que le desagrada en cualquier momento, por ejemplo, es posible que desee cenar en su propia habitación un día y socializar con otros en el comedor otro día.

✓ Proporcionar opciones gastronómicas para satisfacer sus gustos y disgustos

Esto puede incluir comidas prolongadas, por lo que puede comer cuando le conviene; comidas de bufet.

✓ Brindar acceso a refrigerios en cualquier momento del día

Esto le permite la oportunidad de elegir cuándo comer.





✓ **Interactuar con usted durante las comidas**

El personal debe estar disponible para apoyarlo y brindarle asistencia a la hora de comer si lo necesita o lo solicita, y entablar conversaciones cuando el tiempo lo permita.

✓ **Respetar su dignidad**

Su dignidad siempre debe ser respetada independientemente de cómo, dónde y qué coma.

✓ **Respetar sus imperativos culturales, religiosos y dietéticos**

Esto puede incluir alimentos y cubiertos culturalmente apropiados, como palillos, cucharas, tenedores y tazones para lavarse las manos, y proporcionar tiempo para la oración cultural o las tradiciones durante la comida. Recuerde, sus preferencias son importantes y no deben pasarse por alto.

✓ **Proporcionar comidas y refrigerios que se vean, huelan y sean sabrosos y que se sirvan a una temperatura y textura apropiadas**

Esto es independientemente de cuándo o dónde elija comer y qué tan lejos esté de la cocina.





Debería sentirse cómodo hablar de sus gustos, preferencias y lo que le desagrada con su equipo de atención, que incluyen:

- ✓ **Solicitar compartir una comida con su familia**

Puede solicitar un lugar tranquilo para cenar con su familia y amigos, lejos del comedor. Si los miembros de su familia no viven cerca, puede pedirle al personal que organice una videollamada con ellos durante las comidas.

- ✓ **Solicitar reunirse con chefs y cocineros para hacerles saber lo que piensa de la comida y ofrecerles sugerencias de recetas, comidas y refrigerios**

Chefs, cocineros y personal de atención pueden compartir una comida con usted también, si el tiempo lo permite.

- ✓ **Hacer sugerencias sobre su experiencia gastronómica**

Esto puede incluir sus pensamientos sobre el menú o cómo se ve el comedor y la mesa.

- ✓ **Sentirse seguro de que puede proporcionar comentarios al personal o a su proveedor de cuidado de personas mayores sobre sus comidas y experiencia gastronómica y que los comentarios serán respetados y bienvenidos.**

Debe poder proporcionar comentarios sin ser percibido como una molestia, o experimentando cualquier ramificación negativa.



Algunos miembros del personal pueden no estar familiarizados con sus necesidades, gustos y lo que le desagrada.

Hágales saber acerca de sus preferencias y requisitos de comidas, incluido lo que le gusta comer y cuánto, con qué frecuencia desea comer y cualquier ayuda que desee.

Hojas informativas adicionales disponibles en www.agedcarequality.gov.au/providers/quality-care-resources/food-dining-and-nutrition-resources-providers.





Qué hacer si le preocupa su experiencia gastronómica

1. Hable con su proveedor de cuidado de personas mayores.
2. Pídale a su gerente de atención que se comunique con su dietista, patólogo del habla o terapeuta ocupacional para programar una consulta.
 - Los dietistas pueden analizar sus necesidades nutricionales y el plan de menú y recomendar las mejores comidas y experiencias gastronómicas para usted.
 - Los patólogos del habla pueden controlar su deglución y aconsejarle sobre estrategias para apoyar una alimentación/ bebida segura.
 - Los terapeutas ocupacionales pueden aconsejarle sobre cualquier apoyo que pueda necesitar para comer y beber de forma independiente, como cubiertos, vajilla, sillas y mesas modificados.
3. Llame a la línea de apoyo de la Red de Defensa de las Personas Mayores [Older Person's Advocacy Network] (OPAN) al **1800 700 600**
8am – 8pm, de lunes a viernes;
10am – 4pm sábados
OPAN apoya a las personas mayores y sus representantes para abordar los problemas relacionados con los servicios de atención a la tercera edad financiados por el Commonwealth.

4. Llame a la Comisión de Seguridad y Calidad del Cuidado de las Personas Mayores al 1800 951822 (llamada gratuita) si desea dar su opinión sobre un servicio de cuidado de personas mayores o presentar una queja.

Más información

Comida

- Póster - Su experiencia gastronómica (Your dining experience poster)
- Hoja informativa "Su elección importa" (Your choices matter fact sheet)

Elección

- Hoja informativa "La toma de decisiones sobre sus alimentos y bebidas en el cuidado residencial para personas mayores" (Making choices about your food, drink and dining experience in aged care fact sheet)
- Póster "Alimentos y bebidas en la residencia de personas mayores – Su derecho para elegir y tomar riesgos" (Food and drink in your aged care home – your right to choose and take risks poster)
- Póster "Su derecho a tomar decisiones sobre alimentos, bebidas y su experiencia gastronómica en la residencia de personas mayores" (Your right to make choices about food, drink and your dining experience in residential aged care poster)
- Carta de derechos de cuidado de personas mayores (Charter of Aged Care Rights) www.agedcarequality.gov.au/consumers/consumer-rights
- Estándar de Calidad de Atención a la Tercera Edad (Aged Care Quality Standards) www.agedcarequality.gov.au/providers/standards



Teléfono

1800 951 822



Sitio web

agedcarequality.gov.au



Escribir a

Aged Care Quality and Safety Commission
GPO Box 9819, en su ciudad capital