

## OBSERVATORIO MEDITERRÁNEA DE ALIMENTACIÓN A PACIENTE EN HOSPITALES

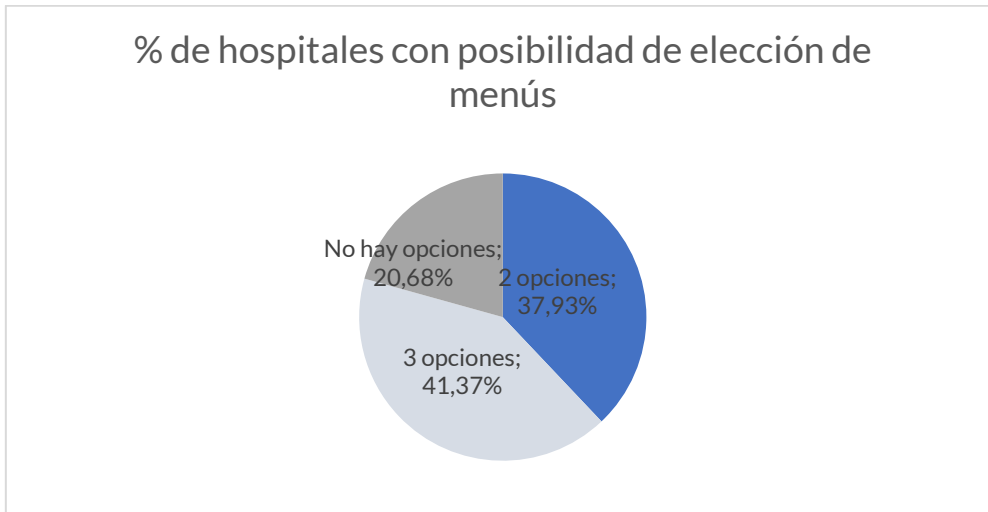
### **El 79% de los hospitales permite al paciente elegir entre al menos dos opciones de menú**

- ***Mediterránea, firma española de restauración colectiva, ha elaborado el I Observatorio de Alimentación a Pacientes en Hospitales, analizando más de 10.000 pensiones diarias en 29 hospitales españoles donde presta sus servicios.***
- ***El 100% sirve fruta a diario, el 96% verduras diarias, el 31% alimentos integrales en forma de pan y pasta; y el 51% entre 3 y 4 raciones de legumbres a la semana.***
- ***El 62% de los hospitales incorpora sal a los alimentos en el menú basal (en cantidades moderadas), y el 59% da la opción de incorporar la sal a través de monodosis.***
- ***Si bien el COVID ha centrado buena parte de la atención de los centros, la inmensa mayoría (89%) no ha considerado necesario diseñar menús especiales para este tipo de pacientes.***

**Madrid, junio de 2021.** El 79% de los centros permiten a los pacientes elegir entre varias opciones en los menús basales. El 38% proporciona dos opciones y el 41% hasta tres. Es una de las conclusiones del I Observatorio de Alimentación a Paciente en Hospitales elaborado por Mediterránea, empresa española de restauración colectiva, que ha analizado 10.405 pensiones (desayuno, merienda, comida y cena) servidas en una treintena de hospitales españoles en los que Mediterránea presta sus servicios.

Asimismo, un gran número de los centros analizados (el 80%) permite atender demandas específicas de los pacientes, siempre que sean conforme a las prescripciones médicas. Por ejemplo, aumentar la ración, servir dos postres, o incluso incorporar platos fuera del menú, especialmente en pacientes pediátricos o inapetentes. *“Una alimentación nutricionalmente adecuada, pero que al mismo tiempo motive al paciente, es fundamental en el proceso de recuperación”*, declara Rocío Royo, directora de Nutrición de Mediterránea.

Según los datos analizados, casi la mitad de las dietas que sirven los hospitales analizados son basales. Así, el 48% de los menús corresponderían a esta modalidad, siendo el 52% restante correspondiente a las dietas terapéuticas. Todos los hospitales analizados en el estudio cuentan tanto con dietas terapéuticas (como con dietas adaptadas en texturas).



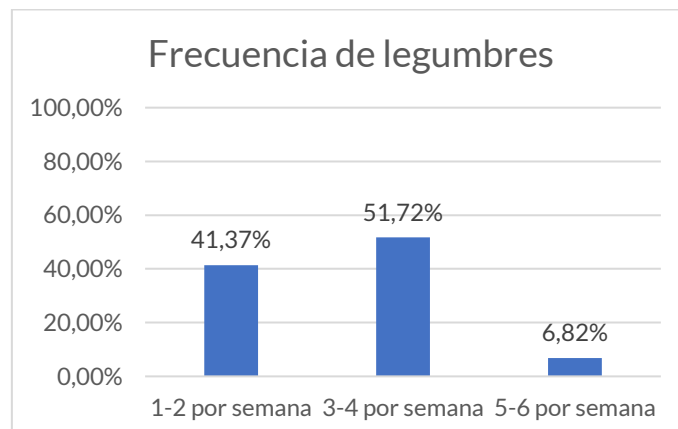
## Presencia de fruta, verdura, legumbres y alimentos integrales

En el 58,61% de los hospitales analizados se sirven entre 3 y 6 raciones semanales de legumbres a los pacientes, mientras que el 41% restante lo hace entre 1 y 2 veces a la semana. En general, se superan las 3-4 raciones semanales de legumbres que recomienda la Fundación Española de Nutrición.

Según Rocío Royo, directora de Nutrición de Mediterránea, la elevada presencia de legumbres en los hospitales es una buena noticia. *“Tienen un alto valor nutritivo y son una fuente de proteínas vegetales muy interesante por su calidad y su alto contenido en fibra”*

Las frutas y verduras están también muy presentes en la dieta de estos hospitales: El 100% de los centros sirve fruta a diario, ya sea en forma de postre o en las meriendas. Las verduras se sirven todos los días en el 96% de los hospitales encuestados; mientras que los cereales integrales se ofrecen a diario en al menos el 31% de los centros, mayoritariamente en forma de pan integral, pero también en platos de pasta.

*“Como compañía comprometida con la sostenibilidad, defendemos la dieta mediterránea en los hospitales. No sólo por sus propiedades nutricionales, sino por el peso de productos de cercanía y temporada que contribuyen al cumplimiento de los objetivos de consumo responsable de la Agenda 2030”,* explica Royo.

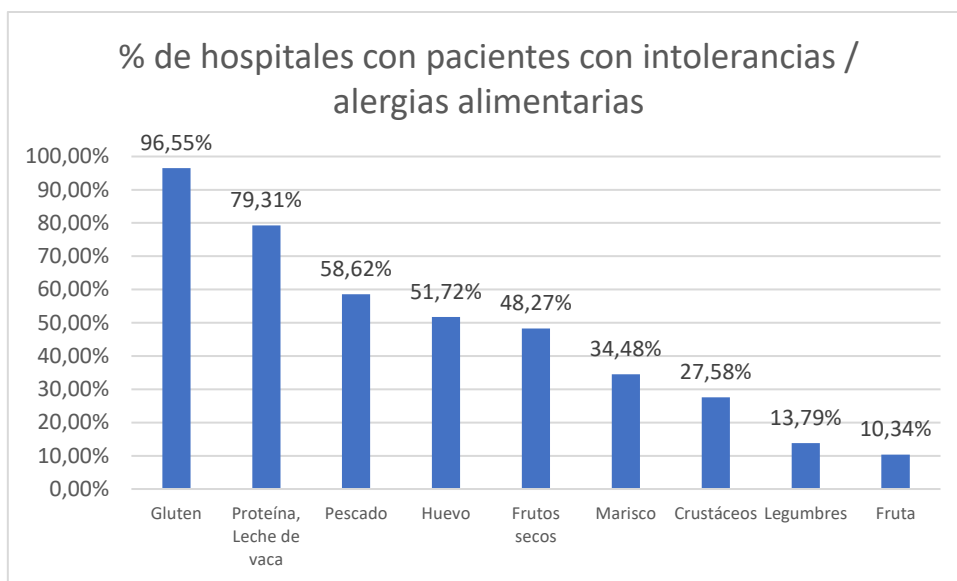


## Refuerzo de la inmunonutrición ante el COVID

El estudio también ha analizado las alergias e intolerancias que se presentan con mayor frecuencia entre los pacientes de los hospitales españoles. El 96% de los centros analizados tiene pacientes con intolerancia al gluten. La segunda intolerancia más presente es la lactosa, que se da en el 79% de los hospitales y, en tercer lugar, el 58% de los hospitales tiene algún paciente con alergia al pescado. Las alergias que menos se presentan son a la fruta (10%), a las legumbres (13%) y a los crustáceos (27%).

*“Debemos ser especialmente sensibles a estas intolerancias y alergias en los hospitales y estar siempre preparados para atenderlas, sean cuales sean. No sólo se trata de extremar medidas para evitar la contaminación cruzada o de incorporar las adaptaciones pertinentes, sino también de atender las prescripciones médicas de las dietas terapéuticas. Es un desafío operacional y nutricional”,* explica la directora de Nutrición de Mediterránea.

En cuanto al contexto COVID, solo el 11% de los hospitales incorporados en el estudio han introducido una dieta específica para pacientes con COVID, si bien desde Mediterránea sí que han identificado una tendencia generalizada a reforzar la alimentación a estos pacientes *“incorporando modificaciones que favorecen la inmunonutrición”,* explica Rocío Royo. *“Por ejemplo, aumentar la presencia de fibra y proteínas para fomentar el apetito y evitar la desnutrición, o los menús texturizados en casos de disfagia”.*



## Menús veganos

Según los datos recogidos en el I Observatorio de Alimentación Hospitalaria, el 48% de los hospitales cuenta con una opción de menú vegano. Esta alternativa ha ido creciendo a lo largo de los últimos años consiguiendo estar presente en casi la mitad de los hospitales. *“Teniendo en cuenta que el 10% de la población española es vegana o vegetariana, esperamos que esta tendencia siga aumentando en el futuro”,* explica la responsable de nutrición de Mediterránea.

## El mito de la sal en la comida de hospital

El 62% de los menús que se sirven en los hospitales tienen incorporada la sal. Además, el 59% de los centros analizados da la opción de poner sal a los platos a través de monodosis. *“Existe un pensamiento generalizado de que los platos que se entregan en los hospitales no tienen sabor y, sin*

# mediterránea

*embargo, se puede utilizar este condimento haciendo un uso responsable”, explica Rocío Royo. “Utilizar la medida de sal adecuada no es negativo. El riesgo está en los alimentos precocinados, donde no podemos controlar el nivel de sal que consumimos. Generalmente el sabor lo proporciona el tratamiento culinario de la materia prima, y además podemos utilizar hierbas aromáticas para potenciar los sabores”.*

## **Metodología**

Para realizar este análisis, Mediterránea ha estudiado 10.405 pensiones para pacientes, compuestas por desayunos, comidas, meriendas y cenas, que se han servido durante el último año en 29 hospitales españoles en los que la compañía presta sus servicios de restauración.

En cada uno de estos centros se han analizado los siguientes criterios: Tipos de dietas disponibles para adultos y en pediatría; porcentaje de dietas basales servidas; opciones de menú disponibles; alergias alimentarias más frecuentes; disponibilidad de menús veganos, existencia de dietas especiales para pacientes COVID; media de menús servidos a diario a pacientes; ingesta media de calorías de las dietas basales; y frecuencia de frutas, verduras, legumbres y alimentos integrales.

## **Sobre Grupo Mediterránea**

Grupo Mediterránea es una compañía con más de 32 años de experiencia prestando servicios globales de restauración en hospitales, centros sociosanitarios, empresas, colegios y universidades. Bajo Grupo Mediterránea engloba sus cuatro marcas: Mediterránea, Mediterránea Internacional, Aliment Art y El Grupo Antiguo Convento. Ofrece la gestión integral de restaurantes corporativos, cafeterías, córneres, comedores, servicios de vending y eventos, incluyendo el diseño y ejecución de reformas de estos espacios. Mediterránea Group cuenta con una cartera de más de 800 clientes, un volumen de 250.000 comidas diarias servidas y más de 8000 empleados en tres países (España, Chile y Perú). En los últimos años la compañía ha incrementado notablemente su volumen de negocio, alcanzando una facturación de más de 210 millones de euros el pasado ejercicio 2019

## **Contacto de prensa**

Almudena Mansilla / Ander Serrano

[almudena.mansilla@evercom.es](mailto:almudena.mansilla@evercom.es) / [ander.Serrano@evercom.es](mailto:ander.Serrano@evercom.es)

91 577 92 72 / 619 37 37 84