



Texturas blandas

De la alta restauración a los geriátricos

Una de las funciones básicas de las preparaciones culinarias corresponde al aporte los nutrientes necesarios para poder realizar nuestras funciones. Pero no es la única. La actividad alimentaria humana se funda también en el placer, un aspecto primordial según Jesús Contreras, antropólogo social de la Universidad de Barcelona.

El placer culinario guarda relación con la percepción sensorial. A lo largo de la historia de la gastronomía, el papel más destacado de la participación sensorial en las elaboraciones se había reservado al sabor y, en menor grado, al olor; sabemos, no obstante, que la vista también desempeña una función importante.

Ya desde finales del siglo xx, pero sobre todo en el xxi, otro factor ha adquirido protagonismo. Nos referimos a lo que en la cocina se denomina «textura». A partir del desarrollo de este concepto se han elaborado en la alta restauración platos tan emblemáticos como las esferificaciones, las espumas muy aireadas y los destilados espesados en frío [véase «La nueva cocina científica», por Claudi Mans y Pere Castells; INVESTIGACIÓN Y CIENCIA, octubre de 2011].

Los elementos clave de esta revolución han sido los gelificantes, espesantes, emulsionantes y espumantes: al modificar la textura de los alimentos, crean nuevas sensaciones organolépticas que han revolucionado el panorama culinario. De la mano de Ferran Adrià, Joan Roca, Heston Blumenthal y otros —y merced a su comercialización—, han ido permeado en la cocina mundial y poco a poco en la sociedad. El agar, la goma gellan, la metilcelulosa y la goma xantana son los productos estrella.

Lo más interesante de este fenómeno es su potencial en diferentes campos de la cocina social. Nos centraremos aquí en su aplicación a dietas blandas para colectivos con necesidades especiales, concretamente en geriátricos.

En el año 2011, los servicios de bienestar social de Baden-Württemberg se propusieron utilizar la cocina de vanguardia (mayoritariamente la de Ferran Adrià) para aplicarla a la alimentación de la tercera edad, sobre todo de personas con problemas de deglución. El proyecto OptiMahl, en el que también colaboran HamppTexturas y Culinaris Catering, inició su experiencia en cuatro residencias para ancianos: el Altenburgheim (en Bad Cannstatt), el Eduard-Mörike (sur de Stuttgart), el Ludwigstift (este de Stuttgart) y la casa Heckengäu (en Heimsheim). Todos ellos han seguido criterios de cocina de vanguardia.

El objetivo era intentar minimizar la pérdida nutricional observada en los residentes, sobre todo en los que requerían dietas blandas, como los enfermos de párkinson, alzhéimer y demencia. La implicación de los cocineros de dichos centros ha sido excelente. Han logrado adaptar propuestas de investigación gastronómica a casos con necesidades específicas.

En el geriátrico de Altenburgheim, sumado más tarde al plan de mejora, uno de cada cinco pacientes se alimenta solo

a base de comida triturada. Antes de entrar en el proyecto, su dieta se componía básicamente de puré de patatas y carne muy triturada; ahora, en cambio, incluye productos variados y sabores diversos.

Una de las preocupaciones iniciales eran los costes adicionales generados por la aplicación de los nuevos productos. En este aspecto, Kurt Gollnik, jefe de cocina del Altenburgheim, explica que si antes necesitaba unos 70 gramos de harinas o almidones por litro de líquido para espesar las cremas o salsas, ahora le bastan 4 o 5 gramos por litro. Si bien al inicio hace falta invertir tiempo para la formación de los profesionales de la cocina, una vez dominada la técnica, el plato final no resulta mas caro que el convencional.

En cuanto al objetivo inicial de minimizar la desnutrición en estos colectivos, la aceptación de los consumidores ha sido radical. Y no solo se ha cuantificado en la cantidad de comida no consumida (en palabras del personal, «los platos vuelven ahora vacíos»), sino que muchas personas con dificultades de ingestión que se aislaban en su habitación durante las comidas han regresado al comedor junto con los demás; es más, un residente que se alimentaba mediante sonda gástrica ha podido volver a ingerir con normalidad.

Un ejemplo de la aplicación de productos texturizantes corresponde a la utilización de la goma xantana en zumos de fruta. Con este espesante se consigue que las personas con disfagia recuperen el reflejo para ingerir y además se conservan todas las propiedades nutricionales y organolépticas del zumo. También se han preparado en este proyecto bacalao con salsa de azafrán, «gominolas» de col lombarda, panacota y ciervo con coles de Bruselas, entre otros platos.

Desde el año 2011, la iniciativa no ha parado de ampliarse. Ya a principios del 2013 se contaba con unos 100 centros participantes. Y las previsiones indican que se llegará a 500 en 2014.

