

## Pohled nutričního specialisty na výživu v sociálních službách

Mgr. Gabriela Mencová- nutriční specialista, vedoucí stravovacího oddělení  
Domova pro seniory Zastávka

Jaký je pohled nutričního terapeuta či specialisty na výživu v sociálních službách? Co všechno hraje roli? S čím je třeba počítat? Co je třeba znát a vědět?

Nutriční specialista v sociálních službách musí mít oči pořádně otevřené a stále se dívat okolo sebe. Nemít před sebou pouze počítat, papíry, kalkulačku nebo všelijaké výpočty. Nutriční specialista je také „terapeut“ (nutriční terapeut). Měl by komunikovat s klienty, být empatický, kreativní i nápaditý v podávané stravě. Komunikativní, rozhodný a stát si za svým nutričním cílem. Ve výživě v sociálních službách hraje velkou roli mnoho faktorů. Od samotného prostředí, kde klienti konzumují stravu, přes přístup ošetřujícího personálu až k samotnému předkládanému pokrmu. Pokud je navíc sociální služba zaměřena na klienty s demencí, o to více nástrah a souvislostí s výživou k řešení najdeme.

Oproti nutričnímu specialistovi v nemocnici zde vidím např. tyto rozdíly: strava je pro klienty součástí celého dne a měla by být i potěšením, protože je podávána po dlouhý čas. Taktéž i diety vždy nejsou tak přísné, protože klienti jsou vlastně doma. Když se nad tím vším zamyslíme. Je lepší pro starého člověka s demencí mít přesně definovanou stravu ve sterilním prostředí, kde se určitě nebude cítit dobře, ale dle všech doložených faktů je to nejspравnější řešení, anebo maličko třeba slevit z přísnosti diety a umožnit klientu příjemnou atmosféru s tím, co by si přál?

Velký apel je kladen na prožitek z jídla, kulturu stolování a individualitu. Kdy bude klient jíst, kde, z čeho i co. Často se u klientů v sociálních službách setkáváme s problematickým či chybějícím chrupem, problémy s polykáním, zažívacími problémy apod., ale i s poruchou jemné motoriky. Tedy nemožnost se sami najíst příborem. V sociálních službách se proto velmi osvědčilo tzv. jídlo do ruky (viz obrázky).

V sociálních službách bychom se měli dívat na výživu zjednodušeně řečeno, jako na nejpříjemnější prožitek z jídla při zachování důstojnosti a kultury stolování. Zájem o jídlo totiž trvá i v pokročilém věku a navíc jídlo často připomíná seniorům domov. „Správná strava“ je s radostí a poté i ve prospěch zdraví konzumována.



Rýžový náky trochu jinak



Smažený řízek a bramborový salát