

TALLER DE ALIMENTACIÓN Y COCINA RECETAS PARA CADA SÍNTOMA



Dra. Cristina de Lorenzo

Investigador Científico

Directora del Departamento de Transferencia

Instituto Madrileño de Investigación y Desarrollo Rural, Agrario y Alimentario



CONSEJERÍA DE MEDIO AMBIENTE,
ADMINISTRACIÓN LOCAL
Y ORDENACIÓN DEL TERRITORIO

Comunidad de Madrid



Dra. Beatriz Beltrán

Profesor Contratado Doctor

Departamento de Nutrición y Bromatología I

Facultad de Farmacia

Universidad Complutense de Madrid



CANCER
BEAUTYCARE

Salud, belleza y cuidados especiales
para pacientes oncológicos

Museo ABC
Madrid 6 de Abril de 2016

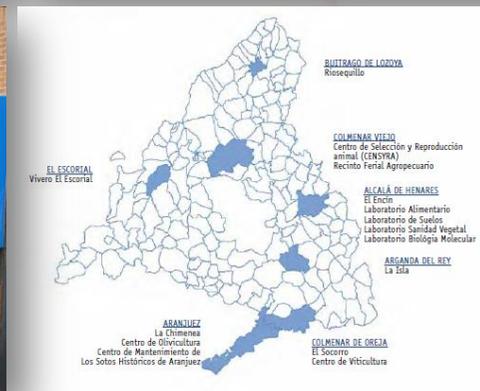


Con Mucho Gusto

Lo primero, presentarse

- ❑ Los alimentos de producción próxima revisten ventajas en coste, adaptación, frescura y sostenibilidad
- ❑ Madrid tiene una producción variada y de alta calidad en (1) producto primario y (2) producto elaborado
- ❑ El IMIDRA dedica toda su actividad en Investigación Agroalimentaria y gran parte de la Transferencia a:
 - detectar y transmitir **innovación**, incluyendo la recuperación varietal,
 - caracterizar la **calidad** de los productos,
 - apoyar la **resolución técnica y la innovación** mediante aplicación de una I+D muy próxima
 - apoyar la **adecuación e innovación culinaria** para el mantenimiento de la calidad y la nutrición adecuada
 - **difundir y comunicar** a grupos especiales (niños, mayores institucionalizados, enfermos) y a la sociedad

Vinos
Uvas
Aceite de Oliva Virgen
Aceituna de Mesa
Hortícolas
Legumbres
Miel y polen
Carne de ternera, ovino y caprino
Quesos
Huevos
Ovoproductos
Silvestres alimentarias



Lo primero, presentarse

- ❑ Alimentarse no es una actividad de élite
- ❑ Una buena alimentación es crucial para aportar **salud, calidad de vida, variedad, recuerdos, armonía y bienestar**



Es un proyecto multidisciplinar en los campos de la INVESTIGACIÓN y la DIVULGACIÓN sobre **Dietética Culinaria y Gastronómica**

❑ OBJETIVOS:

- Ser un incentivo para **aplicación continua y renovada** de los conocimientos actuales en Nutrición a la Dietética Culinaria y la Gastronomía, aplicando las innovaciones de estas áreas para la salud
- Cooperar a **enriquecer la cultura alimentaria básica** de la población general, dotándola de mayor capacidad de gestionar la alimentación para cubrir sus necesidades, incluyendo las sensoriales, estéticas y emocionales

Emplatado Final	
Segundo Plato	Postre
Pollo Estofado texturizado	Arroz con leche texturizado
	
Reformulación de recetas	



El diagnóstico



CANCER
BEAUTYCARE

Salud, belleza y cuidados especiales
para pacientes oncológicos

Museo ABC
Madrid 6 de Abril de 2016



Con Mucho Gusto

Hay muchos tipos de posibles tratamientos

Cirugía
Quimioterapia
Radioterapia
Tratamiento hormonal
Tratamiento biológico



Una importante herramienta de ayuda y autoayuda:

La COCINA y la ALIMENTACION

Se reconoce su gran importancia pero no hay material abundante:

- Manuales de recomendaciones
- Propuestas aisladas de “recetas”

Diferentes **objetivos** en cada momento del tratamiento

Perseguimos un SISTEMA que facilite adecuar la dieta, al menos parcialmente, a las expectativas y trastornos que se generan durante el tratamiento oncológico

- En el hospital
- En el domicilio



Comer bien

Adecuado y
Equilibrado

Suficiente
aporte
calórico

Favorecer la
diuresis y la
eliminación

Satisfacer
nuestras
expectativas

Dietética y Nutrición

Psicología
Neurociencias
Ciencias Sensoriales
Percepción, placer,
interacción sentidos
Tecnología
alimentaria
GASTRONOMIA

TALLER DE ALIMENTACIÓN Y COCINA: RECETAS PARA CADA SÍNTOMA



Grandes expectativas:

- Curarse
- No sufrir
- Aprender a vivir con...
- Seguir viendo a...
- Seguir pudiendo...

Pequeñas expectativas:

- Más tiempo
- Retomar aficiones
- Retomar relaciones
- Mantener la normalidad:
 - Seguir saboreando
 - Seguir oliendo
 - Seguir sintiendo

Que la comida sepa a lo que esperamos



*No queremos cara de
Mafalda con sopa...!*



**La Historia
de los Dos Vinos**

TALLER DE ALIMENTACIÓN Y COCINA: RECETAS PARA CADA SÍNTOMA



**CANCER
BEAUTYCARE**

Salud, belleza y cuidados especiales
para pacientes oncológicos

Museo ABC
Madrid 6 de Abril de 2016

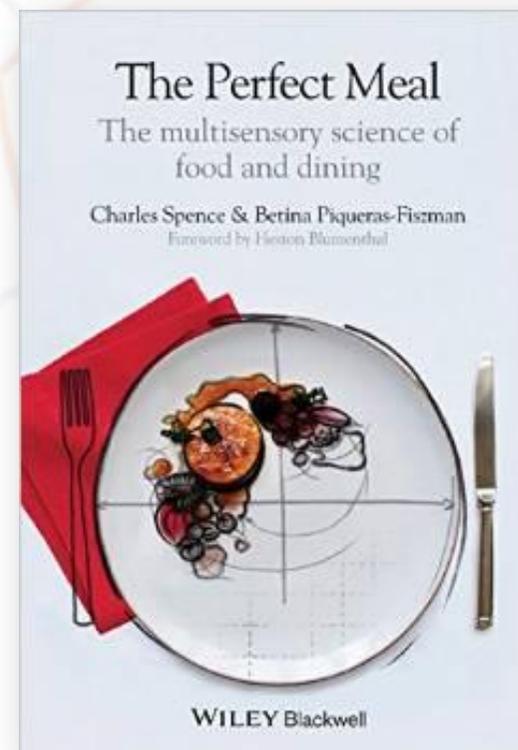


Con Mucho Gusto



- ❑ La percepción de la comida es fundamentalmente **multisensorial**.
- ❑ Ante la alteración de uno o varios sentidos o de la apetencia, es posible *orientar la expectativa de forma congruente* hacia la información que dan otros sentidos
 - el tacto
 - el olor
 - el color
 - **el nombre y los sonidos**

Cada vez sabemos más
de cómo interpreta el cerebro
la experiencia de comer
Spence and Piqueras-Fizman
“The Perfect Meal”
Wiley Blackwell 2014



¿Es posible una comida perfecta **oncológica**?
¿En el domicilio?
¿En el hospital?



Tratamiento a tratamiento,
Cocinando y comiendo

Recetas para cada Síntoma

pero todo siempre con mucho sentido común
se trata de atreverse y aprender

TALLER DE ALIMENTACIÓN Y COCINA: RECETAS PARA CADA SÍNTOMA



Objetivo: tolerar el tratamiento minimizando los efectos adversos

Hay que saber que...

- Los efectos varían con
 - (1) el fármaco, (2) el ciclo y (3) el momento del ciclo
- El **restaurador o cocinero** debe saber que son momentos de “caprichos” e inestabilidades en las preferencias
- El **profesional sanitario** puede ayudar en la atención a estos efectos adversos y no minimizar su importancia
- Es un momento especialmente delicado en la **autoobservación**
- Es un momento especialmente relacionado con las **expectativas**

Cosas que pueden pasar

- Falta de apetito y de interés por la comida
- Náuseas y vómitos: crónicos, agudos y anticipatorios.
 - Aprovechar el momento de comer*
 - Higiene postural*
 - Relajación, yoga, visualización*
- Xerostomía, mucositis, llagas bucales, disfagia, odinofagia. **Aloe**, enjuagues.
- Estreñimiento: ayudarse de funcionales. **NO DEJAR PASAR.**
- Diarrea
- Generación de intolerancias
- Disgeusia, ageusia**



Disgeusia y Ageusia ¿Cómo tratarlas?

Antes de empezar, hay que saber un poquito de ...

Sentido	Mecanismo	Efecto
Gusto	Estructural: por cirugía Neural: neurotoxicidad Secretorio: saliva espesa y escasa, lenta Mucosal: mucosas secas e inflamadas	Sensibilidad alterada, por exceso o defecto. Sabores “crónicos” Alta sensibilidad al amargo Saborizantes, elección limitada
Olfato	Estructural: por cirugía Neural: neurotoxicidad Mucosal: placa dental y bacterias dificultan la percepción retronasal	La alteración olfativa modifica toda la percepción Alteración negativa: molestan olores Alteración positiva: ayudan a la percepción
Tacto	Neural: estimulación errónea de nervios. Irritación de la mucosa oral Mucosal: xerostomía por alta muerte celular. Falta de lubricación oral, falta de solubilización y de amortiguación de pH. Infecciones orales, astringencia y falta de sensibilidad (“cartón”)	Sensaciones térmicas y dolorosas: mentol, chile, pimienta, burbujas, carbonatos, especias, ... pueden exacerbarse o deprimirse. Sensación de sequedad: búsqueda de salsas y de formas de dilución (caldos, líquidos)

Bolton and Keast (2015). **Chem sensory Science in the Context of Cancer Treatment: Implications for Patient Care.** *Chem. Percept.* 8: 117-125



Disgeusia y Ageusia ¿Cómo tratarlas?

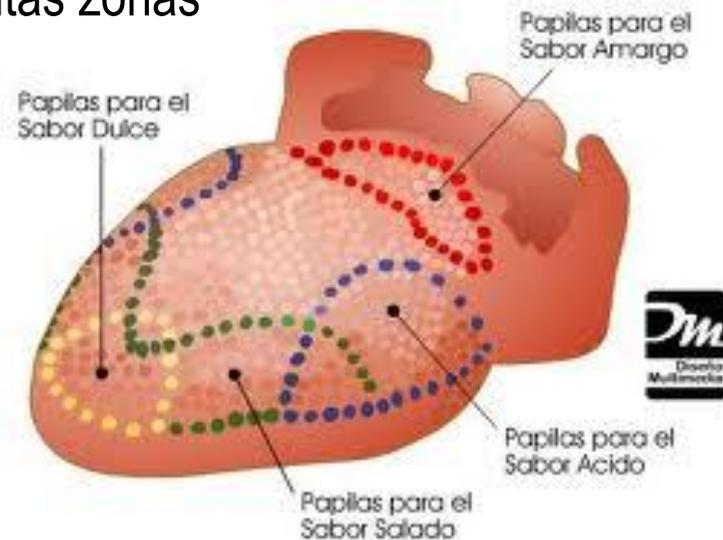
Antes de empezar, hay que saber un poquito de ...

- ❑ Los sabores básicos eran tradicionalmente cuatro:

ácido, amargo, dulce y salado

- ❑ En la lengua hay receptores específicos en distintas zonas
- ❑ ¿Cómo está tu lengua durante la quimio?

- ❑ En la lengua hay receptores específicos
- ❑ Actualmente se habla hasta de 20 receptores distintos
- ❑ La distribución espacial está muy cuestionada
- ❑ Aparecen los supercatadores,
por la sensibilidad al amargo y el número de papilas
- ❑ Otras sensaciones en boca son trigeminales, como el picante o el graso
- ❑ En general es un cuadro muy complejo.
- ❑ Nosotros hemos trabajado con los **cinco** sabores básicos y la sensación de picante



Disgeusia y Ageusia ¿Cómo tratarlas?

QUIMIOTERAPIA: Alteración de la percepción de los alimentos

❑ Ofrecer la posibilidad de **elección y cambio** sin complicar la preparación y la logística

❑ **Adecuación sensorial**

❑ Resultados exitosos en talleres

❑ Se cumplen todas las recomendaciones:

- ❑ Densidad nutritiva
- ❑ Presentación atractiva
- ❑ Novedad / tradición
- ❑ Es un “acontecimiento”

- ❑ Recetas de aderezos y aliños
- ❑ Se pueden preparar previamente
- ❑ Alegrian platos “sosos”



TALLER DE ALIMENTACIÓN Y COCINA: RECETAS PARA CADA SÍNTOMA



CANCER
BEAUTYCARE

Salud, belleza y cuidados especiales
para pacientes oncológicos

Museo ABC
Madrid 6 de Abril de 2016

 *Con Mucho Gusto*

Orientando nuestro plato de verduras hacia... El sabor amargo

Receta

Alcachofas en vinagreta de cacao

Energía total:	573.5 kcal	28.67% CDR
Grasa:	41.2 g	63.4% CDR
Proteínas:	12.2 g	24.4% CDR
Agua:	136.6 g	6.83% CDR
Hidratos de carbono:	16.9 g	6.3% CDR
Fibra:	36.7 g	147% CDR
Vitamina A:	32.3 µg	4.3% CDR
Vitamina E:	189.3 mg	1577% CDR
Vitamina C:	25.2 mg	42% CDR
Calcio:	185.9 mg	31% CDR
Hierro:	4.3 mg	30.6% CDR



Alcachofas (400 g por persona), champiñón (40 g por persona), aceite de oliva virgen extra, vinagre de vino blanco, agua, cacao en polvo, cebollitas tiernas



Supercatador: especial sensibilidad hacia los compuestos amargos

Vinagreta de cacao: 100 g aceite de oliva virgen extra (Arbequina), 30 g cacao en polvo, 20 ml agua, 30 ml vinagre vino blanco. Disolver el cacao en agua, añadir el vinagre y emulsionar con el aceite de oliva virgen



Orientando nuestro plato de verduras hacia... El sabor umami

Receta

Espárragos verdes al parmesano

Energía total:	234 kcal	11.7% CDR
Grasa:		17.5% CDR
Proteínas:		34% CDR
Agua:		19.5% CDR
Hidratos de carbono:		5.4% CDR
Fibra:		31% CDR
Vitamina A:	149.5 µg	20% CDR
Vitamina E:	9 mg	75% CDR
Vitamina C:	83.5 mg	139% CDR
Calcio:	242.8 mg	40.5% CDR
Hierro:	5.78 mg	41% CDR



Para 4 personas: 1,5 kg espárragos, 30 g salsifis, 25 g piñones, 25 g agua, 50 g pan, 75 g boletus, 10 g cebollino, 40 g parmesano

Sobre un cuenco mezclar tiras de espárragos y salsifis pelados, pequeños picatostes y cuadraditos de boletus macerados en aceite de almendra. Aderezar brevemente con este mismo aceite y añadir el parmesano rallado. En el fondo de un plato poner un poco de crema de piñones (1 taza de piñones, 2 tazas de agua, macerar y triturar) y sobre ésta disponer el contenido del cuenco.



Receta

Zanahorias encurtidas

Energía total:	358 kcal	17.9% CDR
Grasa:	18.5 g	26.47% CDR
Proteínas:	9.3 g	18.62% CDR
Agua:	300 g	15% CDR
Hidratos de carbono:	38.5 g	14.24% CDR
Fibra:	6.2 g	24.66% CDR
Vitamina A:	1685 µg	225% CDR
Vitamina E:	7.3mg	61.16% CDR
Vitamina C:	15.5 mg	25.83% CDR
Calcio:	140.5 mg	23.43% CDR
Hierro:	2.1 mg	14.85% CDR



Zanahorias (200 g por persona).

Encurtido: zumo de naranja sanguina, bergamota, jengibre, vinagre de cítricos, aceite de sésamo, sal.

Acompañamiento: nabo, apio.

Base de bizcocho de almendra y avellana desmigado.



Cambiando:

Con calabaza asada al horno
y brotes vegetales



Orientando nuestro plato de verduras hacia... El sabor dulce

Receta

Guisantes en geleé con mermelada de dátil

Energía total:	243 kcal	12% CDR
Grasa:	8.74 g	12.5% CDR
Proteínas:	16.22 g	32% CDR
Agua:	220 g	11% CDR
Hidratos de carbono:	24 g	9% CDR
Fibra:	10.31 g	41% CDR
Vitamina A:	300 µg	40% CDR
Vitamina E:	1.32 mg	9% CDR
Vitamina C:	40.87 mg	68% CDR
Calcio:	70.25 mg	11.7% CDR
Hierro:	5 mg	35.7% CDR



*Guisantes (200 g por persona),
lechuga (50 g por persona),
mermelada de dátil con cebolla pochada,
gelatina y caldo de verduras,
y mezcla de brotes tiernos
fritos en aceite de oliva virgen extra.*

Con calabaza asada al horno
y acompañamiento de frutas



Orientando nuestro plato de verduras hacia... El sabor salado

Receta

Habas iodadas con aire de mosto tinto

Energía total:	478 kcal	23.9% CDR
Grasa:	30.9 g	43.7% CDR
Proteínas:	15.6 g	31.2% CDR
Agua:	362 g	18.1% CDR
Hidratos de carbono:	38.8 g	16.4% CDR
Fibra:	14.3 g	57.1% CDR
Vitamina A:	172.8µg	23% CDR
Vitamina E:	0.93 mg	7.8% CDR
Vitamina C:	94.3 mg	157% CDR
Calcio:	89 mg	14.8% CDR
Hierro:	6 mg	42.9% CDR



Habas tiernas (300 g por persona), aguacate, mezcla de salicornia, alga ramallo, pimpinela y preparado de plantas de costa; patata violeta, 50 g por persona; Perejil, ajo, aceite de girasol o grasa de sabor neutro. Mosto de vino y lecitina de soja.

Asociación del sabor salado al gusto iodado de algas, mariscos y plantas de zonas costeras



Y con nuestra calabaza asada para poner en ensalada con lo que quieran



Receta

Espárragos blancos con salsa de ceviche

Energía total:	268.4 kcal	13.4% CDR
Grasa:	23 g	32.9% CDR
Proteínas:	10 g	20% CDR
Agua:	315 g	15.8% CDR
Hidratos de carbono:	5.5 g	2% CDR
Fibra:	4.2g	17% CDR
Vitamina A:	389 µg	51.9% CDR
Vitamina E:	9.5 mg	79.2% CDR
Vitamina C:	62 mg	103% CDR
Calcio:	167 mg	27.8% CDR
Hierro:	4 mg	28.6% CDR

Crema de espinacas (base): espinacas cocidas o blanqueadas, un huevo mollet o pasado por agua, sal y AOVE. Emulsionar como si fuera mayonesa.

Espárragos blancos, frescos o de lata.

Salsa de ceviche (aderezo por encima): pasta de chile naranja o ají amarillo, zumo de lima, zumo de yuzu, pimienta, ajo picado, jengibre picado, agua de sal marina gorda.



Objetivo: tolerar el tratamiento minimizando los efectos adversos

Hay que saber que...

- Los efectos varían con
 - (1) el fármaco, (2) el ciclo y (3) el momento del ciclo
- El **restaurador o cocinero** debe saber que son momentos de “caprichos” e inestabilidades en las preferencias
- El **profesional sanitario** puede ayudar en la atención a estos efectos adversos y no minimizar su importancia
- Es un momento especialmente delicado en la **autoobservación**
- Es un momento especialmente relacionado con las **expectativas**

Cosas que pueden pasar

- Falta de apetito y de interés por la comida
- Náuseas y vómitos: crónicos, agudos y anticipatorios.
 - Aprovechar el momento de comer*
 - Higiene postural*
 - Relajación, yoga, visualización*
-  **Xerostomía, mucositis, llagas bucales**, disfagia, odinofagia. **Aloe**, enjuagues.
- Estreñimiento: ayudarse de funcionales. **NO DEJAR PASAR.**
- Diarrea
- Generación de intolerancias
- Disgeusia, ageusia



Problemas de la mucosa oral: Xerostomía, mucositis...

¿Un nuevo funcional?

Hoy existen dos grupos de opinión sobre el consumo de *Aloe vera*
Mas de 200 compuestos bioactivos

Efecto probado externo (afecciones de la piel: herpes, psoriasis)
e interno (LDL, diabetes, problemas intestinales)

Efecto antiinflamatorio: reducción de la sensación de plenitud

Consumo diario de pequeñas cantidades de zumo:
si excesivamente ácido, rebajado con agua o zumo de frutas

Enjuagues bucales contra la mucositis y llagas

Reducción de la sensación de plenitud y el reflujo

Hoy vamos a degustar un cóctel de áloe como forma placentera de hidratación y funcionalidad



Problemas de la mucosa oral: Xerostomía, mucositis, llagas...

- ❑ Aspectos que dificultan la masticación y la deglución
- ❑ **PREVENIR: antes de la quimio, visita al dentista**
- ❑ Enjuagues: miel diluida y zumo de aloe. Mejor si **TEMPLADOS / FRIOS**
- ❑ Para la xerostomía: Miel diluida, piña, cítricos, melón, sandía ... todo diluido si es necesario
- ❑ Para la mucositis y llagas: Miel, texturas suaves (hidrocoloides), **bizcochos (incluso sifonados), yogures.**
- ❑ Todo mejor si viene templado, fresco o FRIO.



Salmón ahumado, aguacate, plátano, melón, sandía
Cremas frías, gazpachos y salmorejos con AOVE
Bechameles
Gelatinas, agares, uso de hidrocoloides
“Desmenuzados”: pescado, pollo, cordero ...
HELADOS y BATIDOS, flanes y cremas
Pescados al vapor y al microondas con cremas de patata, manzana

Problemas de la mucosa oral: Xerostomía, mucositis, llagas

Las Propuestas de Juan Antonio Medina



Crema de maíz
Esponja de bizcocho de zanahoria
Aire de naranja



Álora



Pluma de ibérico
Ensalada de cous cous
Fideos chinos (opcional)



Ensalada de fruta
con gelatinas de infusión
(té verde, tomillo)
y uvas impregnadas



Objetivo: tolerar el tratamiento minimizando los efectos adversos

Hay que saber que...

- Los efectos varían con
 - (1) el fármaco, (2) el ciclo y (3) el momento del ciclo
- El **restaurador o cocinero** debe saber que son momentos de “caprichos” e inestabilidades en las preferencias
- El **profesional sanitario** puede ayudar en la atención a estos efectos adversos y no minimizar su importancia
- Es un momento especialmente delicado en la **autoobservación**
- Es un momento especialmente relacionado con las **expectativas**

Cosas que pueden pasar

- Falta de apetito y de interés por la comida
- ➔ **Náuseas y vómitos: crónicos, agudos y anticipatorios.**
 - Aprovechar el momento de comer*
 - Higiene postural*
 - Relajación, yoga, visualización*
- Xerostomía, mucositis, llagas bucales, disfagia, odinofagia. **Aloe**, enjuagues.
- Estreñimiento: ayudarse de funcionales. **NO DEJAR PASAR.**
- Diarrea
- Generación de intolerancias
- Disgeusia, ageusia



Náuseas y vómitos: crónicos, agudos y anticipatorios

- ❑ Náuseas y vómitos: crónicos, agudos y anticipatorios
- ❑ **APROVECHAR la medicación antiemética**
- ❑ Mejor frío o templado: HAY MUCHO QUE EXPLORAR
- ❑ No tomar líquidos durante la comida
- ❑ **Higiene postural**
- ❑ Fortalecer la espalda y el “core” (centro de abdomen y espalda)
- ❑ Relajación, visualización, distracción.



Objetivo: tolerar el tratamiento minimizando los efectos adversos

Hay que saber que...

- Los efectos varían con
 - (1) el fármaco, (2) el ciclo y (3) el momento del ciclo
- El **restaurador o cocinero** debe saber que son momentos de “caprichos” e inestabilidades en las preferencias
- El **profesional sanitario** puede ayudar en la atención a estos efectos adversos y no minimizar su importancia
- Es un momento especialmente delicado en la **autoobservación**
- Es un momento especialmente relacionado con las **expectativas**

Cosas que pueden pasar

- ➔ Falta de apetito y de interés por la comida
- Náuseas y vómitos: crónicos, agudos y anticipatorios.
 - Aprovechar el momento de comer*
 - Higiene postural*
 - Relajación, yoga, visualización*
- Xerostomía, mucositis, llagas bucales, disfagia, odinofagia. **Aloe**, enjuagues.
- Estreñimiento: ayudarse de funcionales. **NO DEJAR PASAR.**
- Diarrea
- Generación de intolerancias
- Disgeusia, ageusia



Falta de apetito e interés por la comida: estimular la sensorialidad

- ❑ Falta de apetito y de interés por la comida: **aislamiento**
- ❑ Muchas veces no se come por evitar un problema: **detectarlo**
- ❑ Atención al tamaño de ración: **desmoraliza**

- ❑ ¿Qué te gusta **AHORA**?
- ❑ **Cambiar, cambiar y cambiar**: colores, texturas, presentaciones, compañía
- ❑ Fortalecer y suplementar los platos “sin decirlo”
- ❑ Evitar comidas muy calientes
- ❑ Estimular el gusto y el olfato, y **siempre la vista**
- ❑ Estimular la apetencia con el **nombre y el detalle** del plato:

“**pequeñas albóndigas de merluza**” indica una porción asequible, una textura suave, y es indicado en caso de que se rechace la carne por un sabor “metálico”



Mejor en pequeñito y repetir



Más apetecible... si es más variado



Objetivo: mantenerse fuerte
minimizar el cansancio
mantener la hidratación externa e interna

- ❑ Seguir consejos generales de nutrición
- ❑ Aumentar la ingesta líquida
- ❑ Aumentar nº de ingestas diarias / menos cantidad
- ❑ Vigilar alteraciones: control del peso / actividad física:
muévete un poco aunque te parezca que estás cansado
- ❑ Aumentar la ingesta de fruta y verdura con especial atención
a la HIGIENE de alimentos crudos si existe bajada de defensas

Aquí y siempre:

BUENA ORGANIZACIÓN DE COCINA Y FRIGORÍFICO

HIGIENE DE SUPERFICIES

UTENSILIOS DE COCINA SEPARADOS



**Salmorejos y
gazpachos de
tomates
rojos y verdes**



**Batidos
Gelatinas
Infusiones
Zumos y ensaladas
Coctelería sin alcohol**



Vamos llegando al final

Dos elaboraciones para probar y opinar

Bizcocho sifonado de AOVE y azafrán

- ❑ Qué es un sifón? Cómo se usa?
- ❑ Qué se puede hacer? Cremas, bizcochos, frutas impregnadas
- ❑ Por qué conseguimos texturas suaves?
- ❑ Adecuado entonces para problemas de la mucosa oral
- ❑ Qué es el AOVE? Y qué dice PREDIMED?
- ❑ Qué aporta el azafrán?
- ❑ Valorad el color y la textura



RECETA SENCILLITA

Huevos 3 unidades
Harina 40gr
Aceite de Oliva Virgen Extra 60 gr
Azúcar 80gr

*Mezclar con batidora,
pasar por colador y sifonar
(sifón de 500 ml y 1 carga de N₂O)*



Sergio Laguarda

Profesor

Escuela de Hostelería de Guadalajara
Junta de Comunidades de Castilla La Mancha



Vamos llegando al final

Dos elaboraciones para probar y opinar

Cóctel de Aloe Vera

ACAPULCO

— Ingredientes —

- 0,06 l. de zumo de naranja.
- 0,06 l. de zumo de piña.
- 0,06 l. de zumo de zanahoria.
- 0,01 l. de Zumo Puro Aloe and Love.
- 2 gr. de Sal Tejin.

— Preparación —

- 1º Embellecer el borde con el Zumo Puro de Aloe and Love y Sal Tejin.
- 2º Servir los ingredientes en la coctelera, cubrir de hielo y agitar.
- 3º Servir el vaso con hielo en roca y dos pajitas.

- ❑ Forma placentera de hidratarse
- ❑ Integración sensorial del aloe vera
- ❑ Adecuado para radioterapia, mucositis, boca “acartonada”
- ❑ SIEMPRE PROBAR: si un elemento resulta ácido o agresivo, **sustituir**
- ❑ Zanahoria: vit. A
- ❑ Naranja: vit. C
- ❑ Piña: diurética

LINEAS DE COCTELERÍA ONCOLÓGICA:

- Con Aloe
- Con café (estimulante)
- Con aromáticas
- Con fortificación nutricional
- Caliente
- Fresca, herbácea y frutal



Paco Patón
Director de
Alimentación y Bebidas
Hoteles Urban y Villa Real



Hasta aquí hemos llegado

Animaros a cocinar, a comer y a dar de comer
Esto han sido ejemplos

Es posible adecuar la base nutricional al síntoma
de forma placentera

Todos los sentidos importan, y sobre todo el corazón

MUCHAS GRACIAS



Beatriz Beltrán beabel@farm.ucm.es

Cristina de Lorenzo cristina.delorenzo@madrid.org

