

Seniorproof: voeding op maat voor senioren



Een van de expertisecentra van hogeschool VIVES richt zich op de agro- en biotechnologie. De onderzoekers werken praktijkgericht en probleemoplossend samen met grote en kleine bedrijven en non-profitorganisaties. Het centrum is een drijvende kracht voor innovatie in de voedingssector. Meerdere projecten staan in het teken van onderzoek naar voeding op maat van verschillende doelgroepen, zoals senioren of mensen met kauw- of slikproblemen.

Ondervoeding is bij een op drie senioren een probleem. Ze krijgen vaak onvoldoende voedingsstoffen binnen, zoals eiwit, vezels of vitamine D. Hun eetlust daalt, smaak en geur worden minder en kauwen en slikken lukt niet meer zo goed. Daardoor eten ze kleinere porties of minder gevarieerd. Wie onvoldoende eiwitten inneemt, verliest spiermassa. Zo worden onder andere wandelen en de trap opgaan moeilijk, wat leidt tot isolement, minder zelfredzaamheid en een dalende levenskwaliteit.

"We stellen vast dat er nog te weinig kennis is over ondervoeding bij senioren, hoe die kan worden voorkomen en wat mogelijke oplossingen zijn", zegt **Yves Debleecker**, coördinator expertisecentrum en docent. "De uitdaging bestaat erin om zowel ouderen, hun mantelzorgers als

medewerkers in de ouderenzorg bewust te maken van het probleem." Met het project Seniorproof willen de onderzoekers opleidings- en educatiemateriaal ontwikkelen voor de verschillende doelgroepen.

Tot nog toe richtte het onderzoek zich vooral op voeding voor de nog thuiswonende actieve senior en mensen met kauw- of slikproblemen. Het team ontwikkelde al een reeks aangepaste voedingsproducten op maat van de nog actieve thuiswonende senior: dagelijkse kost voor 65-plussers dus. Denk aan brood, koekjes, soep en een 'burger', verrijkt met eiwit, vezels of een combinatie van beide. Dat alles met de juiste smaak en getest door een panel van senioren. De ambitie van het expertisecentrum reikt evenwel nog verder. Aangepaste voeding voor senioren is belangrijk, maar de

combinatie met voldoende beweging is essentieel. Daarom gaan de onderzoekers ook na hoe voeding en beweging in ziekenhuizen en woonzorgcentra beter op elkaar kunnen worden afgestemd. "Daarnaast zijn er nog heel wat andere doelgroepen waar specifieke voeding een rol speelt. Denk maar aan sporters, kinderen... Het onderzoek zal dus nog uitbreiden en ook voor deze doelgroepen voeding op maat ontwikkelen", vult **Michèle Desmet**, docent en onderzoeker voedingstechnologie, aan.

Met de resultaten kunnen zowel de industrie als cateraars aan de slag om zelf producten op maat van senioren op de markt te brengen.

Contact/info:
yves.debleecker@vives.be,
0497 37 90 32

