

Nutren corazones y crean sonrisas para mujeres adultos mayores



Detectar necesidades nutricionales en mujeres adultos mayores del **asilo María Auxiliadora** fue el objetivo de la iniciativa “**Nutrir +**” del [Tec, campus Guadalajara](#).

23 alumnos y algunos profesores de [Nutrición y Bienestar](#) (LNB) y de [Diseño Industrial](#) (LDI) formaron parte de la edición **Granny Fest 2020** de dicha iniciativa.

El proyecto incluyó desde el diseño y producción de un **alimento funcional personalizado**.

La iniciativa abona a los [Objetivo de Desarrollo Sostenible \(ODS\)](#) 2, 3 y 12 de la ONU: hambre cero, salud y bienestar, así como consumo y producción responsable, respectivamente.



width="900" loading="lazy">

Para lograrlo trabajaron en conjunto durante todo el semestre para llevar a las abuelitas del asilo un **alimento funcional** creado especialmente para sus necesidades nutricionales.

La **producción** corrió a cargo de los alumnos de **LNB** y fue acompañado de un **empaque diseñado** y armado por alumnos de **LDI**.

Daniela Gordillo Bastidas, directora Región Occidente del departamento de LNB del Tec, comentó que *“Nutrir + es un gran proyecto y **cada año tenemos una edición diferente**”*.

*“Nació como conmemoración del **Día Mundial de la Alimentación**, el 16 de octubre, apegado a los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la ONU”*.

Precisó que es la quinta edición y *“lleva por nombre **Granny Fest 2020** porque para la comunidad vulnerable para la que estamos trabajando es un **asilo de mujeres** adultos mayores”*.

Agregó que *“con la contingencia, esta **población vulnerable** ha estado más sola y quisimos poner nuestro granito diseñando un alimento que las ayude a **estar mejor nutridas**”*.

“Son 2 donas con valor nutricional, con un conjunto de nutracéuticos y de mucha proteína para este grupo de mujeres”.

Etapas del proyecto

“Nutrir +” en su edición Granny Fest 2020 consistió en 7 etapas:

- Evaluación clínica y diagnóstico nutricional,
- *Workshop*: Planificación, alimentos funcionales, bienestar integral del adulto mayor, innovación social y alimentaria, arte terapia por “Musa Creadora” y *podcast* por “Échale coco”,
- Diseño del alimento funcional,
- Diseño del empaque y experiencia,
- Producción de alimentos funcionales y de empaques,
- Empacado y entrega y
- Realización y entrega de informe del estado nutricional al asilo.



width="920" loading="lazy">

Alimento nutricional personalizado

Este alimento funcional, nutritivo y personalizado llamado “**Tentempié**”, consistió en **2 donitas** de matcha-cacao y leche dorada.

El empaque fue diseñado con una **doble función**, el cual servirá a las abuelitas como **semillero** después de cumplir su función como empaque de donas.

La propuesta ganadora es “**Duo donas**” porque son 2 donas; una de sabor leche dorada, el ingrediente principal, **rica en proteína vegetal y en curcumina**.

Se trata de una molécula que está en la cúrcuma y es un alimento con propiedades **antiinflamatorias** y modulan el **sistema inmune**.

Y la otra dona es sabor **macha-cacao o choco macha**, una combinación de alta en proteína, baja azúcar y fruto del monje.

Y la macha es un **té verde en polvo**, con propiedades antioxidantes, antiinflamatorias y modulan el sistema inmune, explicó Daniela Gordillo.

*“Son 2 donas con valor nutricional, con un **conjunto de nutraceuticos** y de mucha proteína para este grupo de mujeres”,* expresó la especialista del Tec.

La receta final se compartió con las cocineras del asilo María Auxiliadora, así podrán **replicar “Tentempié”** y **eleva los niveles de nutrición** de las mujeres adultos mayores.



width="900" loading="lazy">

Empaque y experiencia

El empaque ganador por alumnos de LDI se llama **“Semillero”**; es un empaque hecho de cartón blanco, listón amarillo, celofán.

- Fácil de abrir por medio del listón,
- Doble función: almacenar las donas y semillero,
- Tipografía amigable y legible,

- Comunicación del producto que genere apego y
- Generación de una actividad divertida o de entretenimiento.

Como parte del cierre del proyecto alumnos y profesores de LNB y de LDI del campus Guadalajara, entregaron los alimentos funcionales.

En total **120 donas en 60 empaques**, junto con **60 bolsitas de tierra con semillas** a cada una de las abuelitas.

La entrega la realizó Daniela Gordillo el pasado 12 de noviembre en el asilo y vía virtual los alumnos y autoridades universitarias pudieron presenciar la ceremonia en vivo.

LEE TAMBIÉN: