



Artículo de opinión

# La nutrición saludable en la hostelería

Desde hace años se han ido incorporando progresivamente criterios nutricionales en la oferta gastronómica de los hoteles. Una muestra de ello nos la da el Foro de Wellness que se celebra cada año en la ITB de Berlín, donde la nutrición es tratada ya como uno de los principales pilares del turismo de salud.

En la edición de la ITB del 2015 la nutrición conformó una parte importante de las ponencias de los dos hoteles “best-practice” de medical-wellness invitados: el Menschels Vitalresort (Alemania), que oferta una dieta hipocalórica según Buchinger (dieta bastante radical), y el Kurotel de Brasil que ha elaborado su propia concepción dietética, la “Kur Longevity Diet”, que promueve básicamente la ingesta de frutas, verduras y granos integrales. No obstante, ¿es la nutrición un aspecto sólo a tener en cuenta para hoteles de la gama superior altamente segmentados y/o centros especializados en salud (p.ej. medical-wellness)? No, en absoluto. Ya es una cuestión que atañe a hoteles de todas las modalidades, sea vacacional o urbano, y todas las categorías, sea de una o de cinco estrellas. Un claro ejemplo de ello lo vemos en una carta de una turista de sol y playa que mandó a un programa de radio de Las Palmas y que el locutor leyó en una emisión de febrero 2014: “...nuestra oyente se queja de que muchas veces los menús de los comedores de los hoteles van en contra de lo que ella llama la operación bikini y se abusa de los fritos y de los hidratos de carbono. Se lamenta ella de que, si quieres mantener la línea, sólo pue-



Antonio, Garzón, economista y consultor turístico en el ámbito de Alimentación & Bebidas.

des comer ensalada y poquito más durante esos días de asueto...”.

La carta de la turista muestra que mantener unas pautas de nutrición saludable durante las vacaciones no merma el disfrute vacacional, sino todo lo contrario. A menudo pensamos que la alimentación saludable forma parte del día a día de forma permanente o de una dieta específica por un tiempo determinado, pero no durante el periodo de vacaciones. Sin embargo, si una persona sigue todo el año una determinada pauta alimentaria, o parte del año (“operación bikini” de primavera), ¿por qué interrumpir dichas costumbres nutricionales durante las vacaciones? La aparente contradicción entre vacaciones (asociada a “libertad”, “poder hacer

lo que uno quiera”, “sin restricciones”) y nutrición saludable (asociada frecuentemente a “reglas”, “seguimiento de pautas”, “restricciones”) no es tal, o ha dejado de serlo, como nos ha mostrado el ejemplo de la carta de la clienta que desea continuar su “dieta bikini” durante sus vacaciones de sol y playa.

¿Qué significa esto para la hostelería vacacional? Dentro del sol y playa nos encontramos un sinfín de perfiles mixtos a los que hay que adaptar la oferta. De ahí la creciente segmentación de la oferta hotelera (hoteles-concepto) para cubrir exactamente las necesidades del cliente objetivo, entre las que la nutrición es sólo uno de los muchos aspectos vacacionales que han evolucionado y que, además, sigue evolucionando de una “oferta opcional-complementaria” a una “oferta obligatoria-necesaria de A&B”. Podemos observar cómo la hostelería se está adaptando a esta tendencia, por ejemplo, en la inclusión de menús veganos o de productos ecológicos de huertos propios (Hotel Bahía del Duque), introducción de nuevos métodos de cocción o ingredientes para aumentar el valor nutricional de los platos (Barceló Hotels), etc. También en el segmento de “Todo incluido” encontramos interesantes incorporaciones

de conceptos nutricionales, como el concepto “HD-Taste” del grupo hotelero canario HD que, entre otras cosas, informa a sus clientes sobre hábitos saludables de alimentación a través de sus mascotas corporativas “de forma divertida, sin que esto suponga una restricción del disfrute vacacional”

### Alergias e intolerancias alimentarias

La información sobre los alérgenos contenidos en los platos ofrecidos al cliente es obligatoria desde el 14 de diciembre 2014, fecha en la que entró en vigor el Reglamento UE N°1169/2011

decir, producir según recetas fijas, algo que podría dificultarse según más alta sea la rotación del personal de cocina), como a una constante evaluación de la señalización de alérgenos, dado que pueden haber permanentes variaciones por cambios de marcas de ingredientes (por ejemplo, al cambiar un proveedor la nueva marca del mismo producto puede contener un alérgeno nuevo) o por cambios de la receta misma (por ejemplo, al añadir un caldo de carne se estaría añadiendo 4 o 5 alérgenos nuevos a la receta).

En este ámbito están surgiendo interesantes soluciones informáticas

en forma de aplicación, a carteles de señalización electrónica en el buffet, a una TV de habitación para ofrecer los platos de room-service, etc. Es decir, que a través de estos medios el hotelero puede informar a sus clientes, entre otras, de cuestiones como: los menús del día y de la semana; los valores nutricionales (calorías, proteínas, etc.), ingredientes y alérgenos (gluten, soja, etc.) de todos los platos ofertados en el buffet diario y semanal; señalar los platos vegetarianos, veganos o de determinadas dietas populares (como, dietas “low-carb”). En definitiva, NutriHotel facilita el cumplimiento de la normativa de alérgenos, mientras que



Información de hábitos saludables a través de las mascotas corporativas de HD Hotels.



Información nutricional de Nutrihotel a través de una pantalla táctil en el restaurante buffet.

que exige una exhaustiva información al consumidor sobre la presencia de sustancias o productos con efectos alérgicos o de intolerancia (por ejemplo, el gluten) en los alimentos. Ello supone una enorme ventaja para el cliente alérgico o intolerante, pues a primera vista puede identificar si puede consumir un alimento, especialmente en casos donde no se percibe fácilmente el contenido de un determinado alérgeno (por ejemplo, en sopas o ensaladas compuestas).

Para el hotelero, sin embargo, este procedimiento no es tan sencillo, pues obliga tanto a una estandarización en la preparación de platos (es

adaptadas a la hostelería que facilitan el mantenimiento actualizado del recetario y los alérgenos, como el nuevo gestor de recetas NutriHotel (nutrihotel.com), que permite al jefe de Cocina o al director de Alimentación y Bebidas administrar sus recetarios, atendiendo de manera fácil y ágil las permanentes variaciones (cambios de proveedores o de recetas, etc.). Este software suplementariamente ofrece la posibilidad de transmitir al consumidor final la información actualizada a través de diferentes medios telemáticos: a una pantalla táctil en el restaurante buffet, a un tablet en restaurante a la carta, a un teléfono móvil

a la vez de la posibilidad de incorporar nuevas tendencias sobre nutrición saludable en la programación de menús. En conclusión, hemos visto a través de algunos ejemplos cómo la hostelería se está adaptando a los nuevos hábitos saludables de su clientela, así como a la legislación sobre alergias e intolerancias alimentarias, lo que demuestra que la nutrición dentro de la gastronomía va a ser un factor importante de diferenciación hotelera, precisamente en tiempos donde hemos pasado del “hotel con todo para todos” al hotel segmentado o especializado en uno o varios perfiles determinados de cliente. ■