

臺北榮總營養部膳食管理科專題討論

題目：Food Preference of Old Adults in Senior Nutrition Programs

高齡營養計劃的老年人飲食喜好

作者：Song HJ, Simon JR, Patel DU.

文章出處：Journal of Nutrition in Gerontology and Geriatrics. 2014; 33(1):55-67

報告者：朱佩玲

報告時間：105 年 7 月 26 日（二）14：30-15：30

報告地點：營養講堂

摘要：

美國人口中老年人是增加最快的，到 2030 年約 19% 的人口超過 65 歲，目前約有 300 萬人透過高齡營養計劃（ENP）的供餐得到 40% 至 50% 的營養需求，此供餐計畫已成為健康老年受試者營養來源。以往的研究顯示，老年人的營養狀況是影響身體功能及生活品質的指標之一，目前 ENP 正面臨提高供餐品質的挑戰，故本研究的目的乃調查受試者的食物喜好，並探討性別與種族對食物喜好的影響。

本研究受試者是來自高齡營養計劃中 60 歲以上的老人共有 2024 位，女性佔 74.75%，71.7% 來自團體供餐，以 5 分法進行喜好問卷調查，調查食品共 13 類，包含新鮮水果、雞肉、湯、沙拉、蔬菜、馬鈴薯、肉類、三明治、義大利麵、水果罐頭、豆類、肉類熟食及民族風味食品。迴歸分析結果顯示，老年男性較女性喜歡熟食肉類、肉類、罐頭水果、民族風味食品，白種人與非裔美國人相比，喜歡義大利麵、肉類及新鮮水果的比例最高。

ENP 旨在以有限的經費提供營養餐食，並透過食品採購流程、縮短烹飪時間、改善蔬菜和麵食的製備方法、良好的保溫及減少復熱解決問題的根源。為了提高 ENP 的品質及增加老年人對送餐計畫的接受度，營養服務需要徵求新菜單並結合老年人的飲食喜做為供餐計劃的策略。