



Nederlandse Vereniging van Diëtisten

Waarom zou je een diëtist geloven?

Veel mensen bieden zich aan als expert op het gebied van voeding maar hebben beperkte kennis. Als je dit artikel gelezen hebt, weet je wat de verschillen en overeenkomsten zijn tussen diëtist, gewichtsconsulent, voedingsdeskundige, voedingstherapeut, voedings- of lifestylecoach.

Diëtist

De diëtist is de specialist op het gebied van voeding en gedrag, bij ziekte en gezondheid. De diëtist zorgt ervoor dat je je beter voelt, dat je behandeling beter aanslaat en dat je – zo mogelijk – beter wordt. Heb je hartklachten, diabetes, maag- en darmproblemen, kanker, voedselallergie of andere aandoening? De diëtist kan door haar medische en voedingskundige kennis én ervaring het beste beoordelen welke voeding jij precies nodig hebt. De behandeling wordt afgestemd op jouw unieke situatie en persoonlijke voorkeuren en is gericht op de toepassing in de dagelijkse praktijk.

Een dieet is een voedingswijze die om medische redenen afwijkt van het normale voedingspatroon. De diëtist werkt dan ook nauw samen met je arts, om ervoor te zorgen dat je de juiste voeding krijgt: passend bij je aandoening, je behandeling én natuurlijk je persoonlijke voorkeuren.

Naast behandeling bij ziekte kan de diëtist ook begeleiden bij het afvallen, sporten of tijdens zwangerschap.

De titel 'diëtist' is wettelijk geregeld in de Wet BIG (Wet op de beroepen in de individuele gezondheidszorg). Onder de wet BIG vallen bijvoorbeeld ook artsen, verpleegkundigen en fysiotherapeuten. De wet is bedoeld om de kwaliteit van de zorg te waarborgen en de patiënt te beschermen. Als je naar een zorgverlener met een beschermde titel gaat weet je dus zeker dat je te maken hebt met iemand met kennis van zaken. Alleen professionals met de vierjarige hbo-opleiding 'Voeding en Diëtetiek' mogen de titel 'diëtist' gebruiken.

Diëtisten registreren zich na hun opleiding in het Kwaliteitsregister Paramedici, dat aangeeft dat de diëtist voldoet aan de opleidingseisen van wet BIG. Om Kwaliteitsgeregistreerd te blijven moeten diëtisten hun kennis op peil houden door te werken en te studeren. Wil je weten of de diëtist beschikt over het juiste diploma en aantoonbaar voldoet aan de kwaliteitseisen raadpleeg dan het Kwaliteitsregister Paramedici.

Beschermde titel: ja

Register: ja

Kwaliteitsregister Paramedici: dit betreft opleiding én continue professionele ontwikkeling van zorgverlener

Opleiding: 4 jaar HBO Voeding & Diëtetiek

Beroepsvereniging: Nederlandse Vereniging van Diëtisten (NVD)

Gewichtsconsulent

Een gewichtsconsulent is opgeleid om *gezonde* mensen met gewichtsproblemen te begeleiden. De adviezen hebben vaak als doel om je een gezondere leefstijl aan te leren. Je kunt bij een consulent *niet* terecht voor een dieetadvies

Over het algemeen begeleidt een gewichtsconsult mensen met een BMI tussen de 18,5 en 30. Bij medische klachten of oorzaken zal een consulent je doorverwijzen naar de huisarts of diëtist.

Er zijn veel verschillende opleidingen tot gewichtsconsulent, variërend van een schriftelijke cursus tot contactonderwijs. Alleen met een door de BGN erkend diploma kunnen consulenten zich aansluiten bij de Beroepsvereniging Gewichtsconsulenten (BGN). De titel gewichtsconsulent is namelijk niet beschermd.

Beschermde titel: nee

Register: nee

Opleiding: divers, gewichts- of voedingsconsulent

Beroepsvereniging: Beroepsvereniging Gewichtsconsulenten Nederland

Voedingskundige

De titel voedingskundige is niet beschermd. De term wordt gebruikt door wetenschappers die in Wageningen de studie Voeding & Gezondheid hebben afgerond. Maar ook mensen die een (schriftelijke) voedingsgerelateerde opleiding hebben gevolgd noemen zichzelf voedingskundige of voedingsdeskundige. Soms werken voedingsdeskundigen vanuit een eigen praktijk, maar je vindt ze daarnaast als voorlichter op bijvoorbeeld scholen, bedrijven en sportscholen.

Beschermde titel: nee

Kwaliteitsgereregistreerd: nee

Opleiding: divers, vanaf enkele maanden schriftelijke thuisstudie tot universitair

Beroepsvereniging: geen

Voedingstherapeut

De opleidingsachtergrond kan heel divers zijn, Mensen met een achtergrond vanuit de natuurgeneeswijze gebruiken vaak de term therapeut. De titel is niet beschermd, wat betekent dat er geen eisen zijn aan de opleiding.

Beschermde titel: nee

Register: nee

Opleiding: divers

Beroepsvereniging: geen

Voedingscoach, leefstijlcoach of leefstijlprofessional

Een leefstijlcoach maakt mensen bewust van een gezonde leefstijl, door ze goed te informeren over de mogelijkheden en ontwikkelingen. Ze achterhalen informatie bij de cliënten over voeding, beweging en levensstijl en zetten dit om een advies. Een

leefstijlcoach werkt vaak voor zichzelf of in dienst van een sportschool. Er zijn geen eisen aan de opleiding om je leefstijlcoach te mogen noemen.

Beschermde titel: nee

Register: nee

Pre-certificering SCAS: opleiding (op gebied van sport en bewegen), maar niet of de hulpverlener zich professioneel blijft ontwikkelen.

Opleiding: enkele dagen tot vier jaar

Beroepsvereniging: Beroepsvereniging Leefstijlcoaches Nederland (BLCN)) en Nederlandse Beroepsvereniging Leefstijlprofessionals (NBLP)

Kiezen

Het ligt dus aan je doel of omstandigheden welke begeleider het best bij je past. Zeker als je wilt afvallen is er veel keus. De titel gewichtsconsulent, voedingskundige, voedingstherapeut, voedingscoach, leefstijlcoach of leefstijlprofessionals zijn geen beschermde titels. Dit betekent dat iedereen zich zo mag noemen, ook mensen die geen enkele vorm van scholing op het gebied van voeding hebben gekregen. Let daarom altijd goed op de opleiding van de deskundige en kijk of zij zich eventueel hebben aangesloten bij een beroepsvereniging. Is er sprake van gezondheidsklachten of een medische indicatie kies dan voor een diëtist.