

Nieuws van Diëtistenpraktijk Eetstijl



Twaalfde editie november 2016

Met deze nieuwsbrief houden wij jullie graag op de hoogte van onze activiteiten achter de schermen naast dieetbegeleiding en onze multidisciplinaire contacten.

Algemene mededeling

2016 is nog niet helemaal voorbij, maar wij kunnen nu al zeggen dat het voor onze praktijk een succesvol jaar is met volle spreekuren op alle locaties en veel activiteiten. De verwijzingen blijven binnen komen; verwijzers bedankt voor het vertrouwen in onze praktijk. Er zijn een paar verschuivingen geweest van diëtisten op spreekuurlocaties. Wilma heeft het spreekuur in Kesteren van Andrea overgenomen. Quinta, onze vaste waarnemer, heeft vervolgens Maurik van Wilma overgenomen. Daarnaast blijft Quinta onze vaste waarnemer bij ziekte en vakanties en neemt zij de huisbezoeken over bij drukte.

FAQ Voedingsrichtlijn diabetes

Niet lang na het verschijnen van de nieuwe editie van de NDF Voedingsrichtlijn in februari 2015, kwamen ook enkele andere voedingsrichtlijnen met een nieuwe versie. Met name de Richtlijnen Goede Voeding van de Gezondheidsraad en de Schijf van Vijf van het Voedingscentrum trokken de aandacht. De aanbevelingen in de verschillende richtlijnen komen niet altijd met elkaar overeen. Dat roept vragen op bij diabeteszorgverleners en mensen met diabetes. Om duidelijkheid te scheppen heeft een NDF werkgroep de meest gestelde vragen beantwoord in een bijlage bij de Voedingsrichtlijn Diabetes, een annex. Deze annex heeft de vorm van een [FAQ voor professionals](#) en een [FAQ voor mensen met diabetes](#).

Als u op de mee gestuurde link klikt krijgt u antwoord op de volgende vragen:

- Hoe zit het nu met de koolhydraten?
- Is bruinbrood net zo goed als volkorenbrood?
- Kan ik volle zuivelproducten gebruiken?
- Kan ik beter magere en halfvolle zuivelproducten kiezen als ik op mijn gewicht wil letten?
- Wat kan ik het best op mijn brood smeren en welk vet is geschikt om in de keuken te gebruiken?
- Hoeveel en welke vis kan ik het best eten?
- Kan ik alcohol drinken als ik diabetes heb?
- Hoeveel thee moet ik per dag drinken?
- En hoe zit het met koffie?

De Green Happiness

Er is enige tijd geleden veel commotie geweest over wetenschappelijk ongefundeerde uitspraken van diëtisten (The Green Happiness) in de media (artikel in NRC). Het is altijd afwegen hoe je daar als diëtist, beroepsgroep en beroepsvereniging het beste mee om kunt gaan. Omdat voeding een hot topic is, en social media in positieve én negatieve zin een ruim

podium biedt en een enorm bereik heeft, is het zaak er zorgvuldig mee om te gaan. De Nederlandse Vereniging van Diëtisten (NVD) heeft naar aanleiding van deze commotie een aantal standpunten geformuleerd:

Wanneer je handelt als kwaliteitsgeregistreerde diëtist dient je advies of informatie in overeenstemming te zijn met de Beroepscode Diëtist. Een ieder die zich registreert in het Kwaliteitsregister Paramedici onderschrijft de Beroepscode Diëtist

- Je bent lid van de NVD op basis van je behaalde diploma aan een van de erkende opleidingen Voeding en Dietetiek.
- De NVD geeft de Beroepscode Diëtist uit. Deze is geaccordeerd door haar leden (laatste versie ALV 2015). Als lid onderschrijf je daarmee de beroepscode.
- De opleidingstitel 'diëtist' is wettelijk erkend. Als je je diploma hebt behaald kan deze niet worden afgenomen.

In de beroepscode is onder meer opgenomen dat je dient te handelen in overeenstemming met de stand van de wetenschap. En dat de diëtist zorgvuldig en voorzichtig te werk gaat bij het toepassen van nieuwe methoden of het betreden van nieuwe toepassingsgebieden. In de ophef over de The Green Happiness ging de discussie in de media met name over onjuistheden en tekortkomingen in de voedingsadviezen. Besproken is dat de wetenschap zoals die geldt binnen de diëtetiek en de reguliere voedingswetenschap leidend is. Dat betekent in praktijk dat uitspraken niet in tegenspraak kunnen zijn met de reguliere wetenschap. Adviezen kunnen wel complementair zijn, maar mogen geen schade berokkenen. Een diëtist mag een eigen visie of mening hanteren, in uitingen dient herkenbaar onderscheid te zijn tussen feitelijke juistheden en eigen mening.

De Vette koffer en het Zoutboek

Tijdens onze spreekuren maken wij gebruik van diverse voorlichtingsmaterialen. Zo ook de **Vette koffer**. De Vette Koffer is een hulpmiddel om te gebruiken in gesprekken over smeer- en bereidingsvetten. Smeer- en bereidingsvetten bestaan grotendeels uit olie, vet en water. De vetzuursamenstelling per product is gevisualiseerd op een flesje. Door de flesjes uit de koffer te nemen kan de vetzuursamenstelling en hoeveelheid vet van de producten gevisualiseerd en vergeleken worden. Zo kan uitgelegd worden waarom het ene product wellicht beter in een voedingspatroon past dan het andere. Daarnaast maken wij gebruik van het **Zoutboek**. Het Zoutboek bestaat uit een display met buisjes gevuld met zout. Elk buisje correspondeert met een bepaald voedingsmiddel dat erbij staat afgebeeld. Een perfect visueel hulpmiddel dus ter ondersteuning van de zoutadviezen. Het Zoutboek is uitgegeven door de Nierstichting.



Activiteiten en nieuwtjes

- Inmiddels zijn wij allemaal bijgeschoold en gespecialiseerd in diabetes mellitus, COPD, ondervoeding/ondergewicht, motivational interviewing en sonde- en dieetvoeding. Voor 2017 staat cognitieve gedragsverandering op de agenda.
- Tijdens de week van de opvoeding hebben Wilma en Andrea samen met Femke de Leeuw van de GGD Gelderland-Zuid voorlichting gegeven over gezonde voeding op de PWA school te Echteld, de Bellefleur in Dodewaard en de Houtkoperschool in Ochten.
- Wilma en Linda hebben samen een workshop "gezonde hapjes" verzorgd voor de kinderen van Het Palet in Opeusden. De school heeft van de burgemeester het vignet "gezonde school" ontvangen.
- Inmiddels zijn er voldoende aanmeldingen voor het programma Gezin in Fit in de gemeente Nederbetuwe. De deelnemers zijn inmiddels gestart.
- Op 12 juli is de website van GEZ Midden Betuwe in de lucht. In de samenwerking tussen eerstelijnszorgverleners in Midden Betuwe staat de kwaliteit en doelmatigheid van de zorg centraal. In gezamenlijkheid wordt gestreefd naar een compleet, vraag gestuurd en geïntegreerd zorgaanbod. Daarbij wordt gebruik gemaakt van elkaars complementaire expertise en middelen. Er wordt gestreefd naar een zo volledig mogelijk aanbod van eerstelijnszorg, lokaal georganiseerd met de lokaal gevestigde zorgverleners.
<https://gezmiddenbetuwe.nl/>
- Wij wensen iedereen alvast fijne feestdagen en een gezond 2017!

Like ons op facebook <https://www.facebook.com/pages/Dietistenpraktijk-Eetstijl/126329517470206>, voor tips, recepten en nieuwtjes.

Diëtistenpraktijk Eetstijl is aangesloten bij Eldia, Eerstelijns Diëtisten in Arnhem <http://www.dietist-eldia.nl>, EDGR, Eerstelijns Diëtisten Gelders Rivierenland, NVD en DNO, www.dnodietist.nl.



Deze en de vorige edities van de nieuwsbrief kunt u nalezen op onze website www.eetstijl.nl