

Επίσημη Θέση για τον Ρόλο του Διαιτολόγου στη Διαχείριση της Παχυσαρκίας

Οι διαιτολόγοι διαδραματίζουν κεντρικό ρόλο στη διαχείριση της παχυσαρκίας στους ενήλικες και τα παιδιά, σε κάθε επίπεδο. Διαθέτουν τα μοναδικά προσόντα για να μεταφράζουν τα επιστημονικά δεδομένα σε σχέση με την ενεργειακή πρόσληψη και δαπάνη, τη διατροφή και τη συμπεριφορά, σε καθημερινές πρακτικές συμβουλές και την παροχή υγιεινού φαγητού. Οι διαιτολόγοι χρησιμοποιούν τεχνικές συμβουλευτικής με αποτελεσματικό τρόπο, τόσο σε βραχυχρόνιο όσο και μακροχρόνιο επίπεδο, προκειμένου να υποστηρίξουν άτομα και ομάδες που είναι υπέρβαροι ή παχύσαρκοι ή παρουσιάζουν σχετικές με την παχυσαρκία καταστάσεις, όπως είναι ο διαβήτης και η καρδιακή νόσος (Lichtenstein 2007, Zazpe 2008, Govers 2009, Delahanty 2010).

Ορισμός της παχυσαρκίας

Η παχυσαρκία είναι μια σύνθετη χρόνια κατάσταση που χαρακτηρίζεται από υπερβολική συσσώρευση λίπους στο σώμα, σε σημείο που επηρεάζεται αρνητικά η υγεία (WHO 2000). Δια βίου δέσμευση απαιτείται στη θεραπεία και τη διαχείριση, τόσο από το ίδιο το άτομο όσο και από το σύστημα υγείας.

Ρόλος του διαιτολόγου

Οι διαιτολόγοι κατέχουν εξέχοντα ρόλο στην προαγωγή ενός υγιεινού τρόπου ζωής. Εκπαιδεύονται στη διατροφή, την υγεία, τη συμβουλευτική και τις στρατηγικές τροποποίησης συμπεριφοράς, και εμπλέκονται ενεργά στη δημόσια υγεία, την προαγωγή της υγείας και την πρόληψη νοσημάτων, την κλινική θεραπεία, τη διαχείριση νοσημάτων, την έρευνα, το σχεδιασμό και την προετοιμασία σίτισης. Οι διαιτολόγοι διαθέτουν τις δεξιότητες και ικανότητες να μεταφράζουν και να μεταδίδουν τη θεωρητική γνώση διευκολύνοντας τους ανθρώπους να κάνουν τις κατάλληλες επιλογές σε σχέση με την τροφή και τον τρόπο ζωής, διδάσκοντας τους παράλληλα πώς μπορούν να διατηρήσουν τις υγιείς αυτές συνήθειες και συμπεριφορές.

Οι διαιτολόγοι εκπληρώνουν το ρόλο τους στην πρόληψη, τη θεραπεία, την παροχή τροφής και την έρευνα σε ποικίλους διαφορετικούς χώρους:

- ✓ Υγειονομική περίθαλψη – πρωτογενής πρόληψη, οξεία, κατ' οίκον και ιδιωτική πρακτική
- ✓ Εκπαίδευση – προσχολικό περιβάλλον, σχολεία, ανώτατα εκπαιδευτικά ιδρύματα
- ✓ Εργασιακός χώρος
- ✓ Βιομηχανία τροφίμων
- ✓ Πολυμέσα
- ✓ Ευρωπαϊκή Ένωση, εθνικές και περιφερειακές κυβερνήσεις (EFAD 2008)

Η Ευρωπαϊκή Συνομοσπονδία των Συλλόγων Διαιτολόγων (EFAD) συμμερίζεται τις ανησυχίες που έχουν εκφραστεί από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (WHO) και άλλα διεθνή σώματα, σε σχέση με την αυξανόμενη συχνότητα της παχυσαρκίας σε όλη την υφήλιο, και υποστηρίζει προτάσεις για την αποτελεσματική εφαρμογή στρατηγικών πρόληψης και θεραπείας της παχυσαρκίας και των συνοδευόμενων νοσημάτων.

Αναφορές

- Delahanty, L.M. (2010) "An expanded role for dietitians in maximizing retention in nutrition and lifestyle intervention trials: implications for clinical practice." *J Hum Nutr Diet* 23(4):336-343.
- European Federation of the Associations of Dietitians (2008). "The dietetic contribution to health in the workplace." www.efad.org/folders/2427
- Govers, E. and I.A. Brouwer, et al (2009), "Weight loss after one year and weight maintenance after four years after treatment by a dietician." *Ned Tijdschr voor Voeding & Diëtetiek* (Dutch Journal of Nutrition and Dietetics) 2009;64(2).
- Lichtenstein, A. H. (2007). "Diet, Heart Disease, and the Role of the Registered Dietitian." *Journal of the American Dietetic Association* 107(2): 205-208.
- World Health Organisation (2000). "Obesity: preventing and managing the global epidemic". Report of a WHO consultation. WHO Technical Report Series 894. Geneva.
- Zazpe, I., A. Sanchez-Tainta, et al. (2008). "A Large Randomized Individual and Group Intervention Conducted by Registered Dietitians Increased Adherence to Mediterranean-Type Diets: The PREDIMED Study." *Journal of the American Dietetic Association* 108(7): 1134-1144.