



EUROPEAN
FEDERATION OF
THE ASSOCIATIONS
OF DIETITIANS

GESTASYONEL VE TİP 2 DİYABETİN ÖNLENMESİNDE VE TEDAVİSİNDE DİYETİSYENLERİN ROLÜ

Diyetisyenler diyabetin hem önleme hem de tedavisinde önemli role sahip multidisipliner bir ekibin üyeleridir(1,2). Diyabetin önlenmesi ve tedavisinde diyet ve yaşam tarzı değişikliklerinin etkili olduğu bilinmektedir.

Sağlıklı beslenme yoluyla önlenebilen hastalıkların yükünü azaltan, halk sağlığı girişimlerini ve diyabette sağlıklı beslenmeyi sağlayan beslenme danışmanlığı uygulayan diyetisyenler, sağlıklı beslenmenin kalifiye uygulayıcılarıdır.

Diyetisyenin Rolü

Diyetisyenler diyabet ekibinde çeşitli roller üstlenirler. Oldukça becerikli eğitimcilerdir ve yaşam koçlarıdır. Diyabetli bireylerin sağlıklı besin seçimlerini, aktif yaşam tarzı benimsemelerini, bireysel ve tıbbi uzun ve kısa dönem hedeflerini desteklerler(2). Diyetisyenler diyabet eğitim programında eğitici olarak görev alırlar, kültürel, tercihler, yaşam tarzı ve istekleri göz önünde bulundurarak hem bireysel hem de grup olarak beslenme danışmanlığı yaparlar. Diyabet diyetisyenleri şişmanlık ve obesite tedavisinde rol alırlar ve hastalarını diyet ve yaşam tarzı, tedavide kullanılan ilaçlar, glukoz kontrolünün kaydı ve fiziksel aktivitelerinin artışı ile ilgili yönlendirirler(3). Bütün diyetetik müdahalelerde kaliteli yaşamın sağlanması ve sürdürülmesi hasta odaklı sonuçların temelidir.

Diyetisyen ve gestasyonel diyabet

Gestasyonel diyabet tedavisinde diyetisyenin rolü önemlidir(4). Diyet tedavisinin tanımlanması kan şekeri düzeyinin normalize edilmesine yardımcı olabilir. Hamilelik ve doğum sonrası komplikasyonları azaltır ve önler, fetüsün normal gelişimini sağlar.

Diyetisyen ve tip 2 diyabet

Tip 2 diyabette diyet müdahalelerinde diyetisyenin gerekliliği onaylanmıştır. Eğitimli diyetisyenler tarafından grup eğitimi ve bakımın verilmesi; HbA1c düzeyinde önemli değişme, insülin direncinde azalma ve çok daha kaliteli yaşamla ilişkilidir(5). Suboptimal kontrollü tip 2 diyabette ilaç tedavisinin optimize edilmesine rağmen diyetisyen uygulamalarının glisemik kontrol, vücut ağırlığı, bel çevresi ve doymuş yağ alımında anlamlı azalma sağladığı gösterilmiştir(6). Diyetisyen tarafından yapılan diyet uygulamaları prediyabetik tip 2 diyabetlilerde prediyabetin tip 2 diyabete ilerlemesini azaltmakta etkili olduğu gösterilmiştir. Yaşam tarzı değişiklikleri ile tip 2 diyabet gelişimi %50 azaltılmıştır. Herşeyden önemlisi, diyabeti önlemek için yapılan diyetetik müdahalelerin uygun maliyet azalması sağladığı onaylanmıştır(7).

EFAD HAKKINDA

EFAD, 1978 yılında aşağıdaki amaçlarla kurulmuştur.

- Beslenme bilimi ile ilgili gelişmeleri teşvik etmek
- Üye birliklerin ortak ilgisiyle bilimsel ve profesyonel düzeyde beslenme bilimini geliştirmek
- Ulusal diyetetik birlikleri ve diğer organizasyonlar arasında iletişimi kolaylaştırmak – Mesleki, eğitimle ve devletle ilgili
- Avrupa'nın üye ülkelerinin nüfusu için daha iyi bir beslenme düzeyine teşvik etmek

EFAD'ın İstekleri :

- Diyetisyenlerin Avrupa' da beslenme ile ilgili sağlığın geliştirilmesine yapabildikleri katkının farkına varmak
- Avrupa' da ve yerel olarak karar veren kişilerin etkilenmesi yoluyla ekonomik ve sosyal sağlığın sürdürülebilirliğine katkıda bulunmak için bütün ulusal diyetetik birliklerinin rolünü desteklemek
- İşbirliği ve ortaklık sayesinde Avrupa' daki en iyi kalite ve kanıta dayalı diyet uygulamalarını oturtmak
- Avrupa diyetetik standartlarını sağlamak ve yükseltmek için eğitim ve ömür boyu öğrenmeyi desteklemek

EFAD'ın üyeliği, Avrupa Birliği' ne üye ülkelere tüm ulusal diyetisyenler birliklerine açıktır. EFAD'ın şu anda 26 Avrupa ülkesinde 30.000 diyetisyeni temsil eden 33 üye birliği vardır.

Diyetisyenin Tanımı :

Diyetisyen, ulusal otoritece tanınan, Beslenme ve Diyetetik alanında yeterliliğe sahip kişidir. Diyetisyen, hastalıkta ve sağlıkta, gruplar halindeki kişilerin ve bireylerin beslenmesi ve eğitiminde beslenme bilimini uygular.