

31 mars 2011

Bästa metod för viktminskning: Individanpassad kvalificerad kostrådgivning

Socialstyrelsens nya riktlinjer slår fast att välutbildad personal inom hälso- och sjukvården är bäst kvalificerade att bedriva kostbehandling och rådgivning till personer med ohälsosamma matvanor.

Vid Dietisternas Riksförbunds kongress den 4-5 april kommer Socialstyrelsens Nationella riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder att presenteras och diskuteras. I riktlinjerna som publicerades i sin preliminära version i oktober 2010 förordas kvalificerad rådgivning som bevisats ha bäst effekt när det gäller att ändra matvanor.

– De nya riktlinjerna för rådgivning kring tobak, alkohol, fysisk aktivitet och matvanor är de första i sitt slag i världen, säger leg dietist Ingrid Larsson, som arbetat med att ta fram det vetenskapliga underlaget för rådgivning om hälsosamma matvanor.

De nationella riktlinjerna berör all personal i alla delar av hälso- och sjukvården. Vid seminariet medverkar även Iréne Nilsson Carlsson från Socialstyrelsen som kommer att berätta om regeringsuppdraget att implementera riktlinjerna. Omfattande utbildningsinsatser och nära samverkan mellan olika yrkesgrupper kommer att krävas. Uppdraget slutredovisas 31/12 2014.

Dietister behövs för att bromsa fetma

Av Sveriges vuxna befolkning är 2,5 miljoner överviktiga och av dessa har 500 000 fetma. Ohälsosamma matvanor och låg fysisk aktivitet kostar 24,5 miljarder kronor per år i Sverige (Folkhälsopolitisk rapport 2010).

– Det är en stor utmaning att bromsa utvecklingen och motverka att överviktiga personer blir ännu tyngre, och får fler följsjukdomar av sin fetma. De råd dietister ger, och som bygger på en kombination av individens egna förutsättningar till förändring och vetenskaplig grund, har visat sig ge bättre resultat jämfört med enklare former av rådgivning, poängterar Ingrid Larsson.

För ytterligare upplysningar kontakta

Ingrid Larsson,
Leg. dietist, Med. Dr.
tfn: 0701-72 20 43,
E-post: ingrid.larsson@medfak.gu.se

För ytterligare upplysningar om DRF kontakta

Elisabet Rothenberg
Ordf. Leg. dietist,
tfn: 0706-41 45 81
E-post: elisabet.rothenberg@vgregion.se

Dietisternas Riksförbund (DRF) är en yrkesförening inom Naturvetarna. Medlemmarna är legitimerade och har en universitetsutbildning med huvudinriktning på näringslära och nutrition omfattande 3-4 års högskolestudier. Av DRF:s drygt 1200 medlemmar arbetar de flesta inom slut- och öppenvård samt kommunal äldreomsorg, med prevention och behandling av nutritionsrelaterade problem samt undervisning av personal. Dietister arbetar också inom folkhälsa och friskvård samt för olika livsmedels- och läkemedelsföretag.

WWW.DRF.NU

