

## LEGITIMERAD DIETIST – SPETSKOMPETENS INOM KOST OCH HÄLSA

Mat och ätande är komplext. Faktorer som är sociala, psykologiska, kulturella, ekonomiska och fysiologiska samverkar och påverkar förutsättningar för ett optimalt energi- och näringsintag. Denna komplexitet visar sig bland annat genom den spretiga och motsägelsefulla information som förekommer om mat idag, inte minst i media.

Med dietistens unika kompetens, där djupgående kunskap om näringslära kombineras med dietetik och samtalsmetodik, kan vi med evidensbaserade metoder öka människors livskvalitet samt förebygga och behandla olika sjukdomar och risktillstånd.

Genom samtalet om mat ger vi vägledning i hur de nordiska näringsrekommendationerna kan omvandlas till verklighet utifrån den individ vi möter. Vi kan även erbjuda stöd kring tolkning av kostbudskap i media och därmed stötta individer att känna sig trygga i vilken information som är att lita på.

### VAR ARBETAR DIETISTEN?

Dietister finns på olika samhällsarenor. Många arbetar inom hälso- och sjukvården, men vi finns även i livsmedels- och läkemedelsindustri, inom frisk- och företagshälsovård, samt på kommuner och myndigheter. Ett ökande antal dietister finns även inom akademien och bidrar till såväl nutritionsforskning som att utveckla vår profession.





**DRF**  
DIETISTERNAS  
RIKSFÖRBUND

## HUR UTBILDAR EN SIG TILL DIETIST?

Dietister utbildas vid Göteborg universitet, Umeå universitet och Uppsala universitet. Dietistprogrammet är en treårig yrkesutbildning som omfattar 180 högskolepoäng och har både en naturvetenskaplig- samt samhällsvetenskaplig profil.

## UPPLÄGG OCH BEHÖRIGHET

Kostvetenskap, dietetik och klinisk nutrition utgör utbildningens huvudområden. Här inkluderas ämnen som näringslära, livsmedelsvetenskap, kostsociologi, psykologi, fysiologi och dietetik med sjukdomslära. En del kurser samläses med andra program vid andra institutioner.

För antagning till dietistprogrammet krävs förutom grundläggande behörighet för högskolestudier även särskild behörighet i vissa ämnen. Aktuell information om behörighetskrav finner du på respektive universitets hemsidor.

## VIDAREUTBILDNING EFTER DIETISTEXAMEN

Efter dietistexamen finns möjlighet att läsa vidare en magister- eller masterexamen, vilket då kompletterar grundutbildningen med ett respektive två år. Det medför behörighet att sedan söka till forskarutbildning (doktorandutbildning).

## LEGITIMATION

Dietist är en legitimerad yrkesgrupp. Det innebär att man måste ha en dietistlegitimation för att få utöva yrket och kalla sig dietist. Efter examen kan man ansöka om legitimation som dietist hos Socialstyrelsen. Endast personer som har tagit examen från dietistprogrammet på universitetet kan ansöka om att få dietistlegitimation.

## NYFIKEN PÅ MER SPECIFIKA BERÄTTELSE OM VAD EN DIETIST GÖR?

På länken nedan har vi samlat intervjuer av dietister från hela landet som ger exempel på dietistyrkets bredd och kompetens:

<https://drf.nu/dietistens-yrkesroll/vad-gor-en-dietist/>



**DRF**  
DIETISTERNAS  
RIKSFÖRBUND

## OM DIETISTERNAS RIKSFÖRBUND

Dietisternas Riksförbund (DRF) bildades år 1977 och är en medlemsfinansierad professionsförening för legitimerade dietister och dietiststudenter. Majoriteten av Sveriges yrkesverksamma legitimerade dietister är medlemmar i DRF.

### **DRF:S VISION: "HÅLLBAR NUTRITION FÖR HÄLSA GENOM HELA LIVET"**

DRFs vision visar riktningen för det strategiska arbetet, där dietister och nutrition har en självklar roll i utvecklingen mot en hållbar och jämlik hälsa i befolkningen.

### **TRE STRATEGISKA OMRÅDEN**

DRF har tre strategiska områden som ska ge stöd i arbetet mot visionen.

- 1) Brist på dietister och brist på tjänster för dietister
- 2) Kompetensutveckling och karriär för dietister
- 3) Betydelsen av hälsosamma och hållbara matvanor – effekt och nytta av dietistens arbete

#### **Utifrån dessa områden verkar DRF genom att:**

- Vidareutveckla och fördjupa dietistens yrkesroll
- Sprida kunskap om hur samhället kan nyttja dietistens unika kompetens
- Utveckla och delta i det förebyggande hälsoarbetet i samhället och hälso- och sjukvården när det gäller hälsosamma levnadsvanor
- Initiera och stödja utvecklings- och forskningsprojekt inom nutritionsområdet
- Stimulera till och aktivt delta i samhällsdebatt inom ämnesområdet där DRF står fri och obunden mot företag och andra organisationer
- Vidareutveckla nutritionsbehandlingen inom hälso- och sjukvården

### **DRF:S ORGANISATION**

Samtliga medlemmar utgör DRF och är därmed kärnan i förbundet. Alla som vill kan bidra genom att engagera sig i DRFs sektioner, arbetsgrupper, projektgrupper, lokalföreningar eller styrelse.

### **SAMVERKAN MED ANDRA DIETIST- OCH NUTRITIONSORGANISATIONER**

DRF är medlem i den europeiska dietistorganisationen [EFAD](#) (European Federation of the Associations of Dietitians), samt i den internationella dietistorganisationen [ICDA](#) (International Confederation of Dietetics Associations).



**DRF**  
DIETISTERNAS  
RIKSFÖRBUND

DRF är även medlem i [SWESPEN](#) (Swedish Society for Clinical Nutrition and Metabolism) och [ESPEN](#) (European Society for Clinical Nutrition and Metabolism).

Mer info om oss hittar du på vår hemsida: <https://drf.nu/>

## VILL DU BLI MEDLEM I DIETISTERNAS RIKSFÖRBUND?

Som medlem i Dietisternas Riksförbund (DRF) ingår du i Sveriges största nätverk för dietister och håller dig uppdaterad om vad som händer inom ditt yrkes- eller utbildningsområde. DRF jobbar bland annat med att driva utvecklingen av professionen, samt att synliggöra och stärka din ställning i yrkeslivet.

Du kommer även få möjlighet att ansluta dig till våra sektioner och arbetsgrupper, vilket erbjuder ett nätverk med kollegor över hela Sverige som arbetar eller har intresse av samma frågor som du. Du kommer även få ta del av det material som utformats specifikt för det du jobbar med.

### Utöver detta får du:

- Inlogg till Nutrition Care Process och tillhörande terminologi (NCPT)
- Nyhetsbrev 2 gånger per månad fullproppade med tips och nyheter
- Inbjudan till "Lunch med DRF" – lunchmöten med dietist-relevanta teman
- Möjlighet att delta i föreläsningar, utbildningar och vår kongress för och av dietister
- Möjlighet att gå med i vår slutna Facebook-grupp där du kan ställa frågor till dietister över hela Sverige
- Möjlighet att delta i DRFs mentorprogram där du som nyexaminerad får kontakt med en yrkesverksam dietist för stöttning in i arbetslivet

Medlemskap i DRF kostar 60 kr i månaden. Om du studerar till dietist kostar medlemskapet endast 60 kr per år under studietiden.

Mer info om medlemskapet och din ansökan finns på: <https://drf.nu/bli-medlem/>

## FRÅGOR ELLER FUNDERINGAR OM DIETISTERNAS RIKSFÖRBUND?

Välkommen med frågor och funderingar om dietistyrket och Dietisternas Riksförbund på mail [dietisternasriksforbund@drf.nu](mailto:dietisternasriksforbund@drf.nu)