

Titel: Ernährungstherapeutische Hilfe bei Adipositas

Leitidee

Die Prävalenz der Adipositas ($BMI \geq 30$) nimmt in Deutschland seit vielen Jahren kontinuierlich zu. Etwa 53 % der erwachsenen Frauen und 67 % der erwachsenen Männer in Deutschland sind übergewichtig oder adipös, etwa 23 % sind bei beiden Geschlechtern adipös. Auch bei Kindern und Jugendlichen wurde in den letzten Jahren ein Anstieg beobachtet. Etwa 14,8 % der Kinder und Jugendlichen zwischen zwei und 17 Jahren gelten als übergewichtig, 6,1 % sind adipös (Zahlen: Robert-Koch-Institut, 2012).

Bei der ernährungstherapeutischen Behandlung der Adipositas geht es nicht immer darum, eine starke Gewichtsreduktion zu erreichen. Auch ein längerfristiges Stabilisieren des Körpergewichtes und damit das Stoppen einer weiteren Gewichtszunahme kann ein großer Erfolg sein. Das benötigt in der Regel eine hohe Motivation des Patienten, da die Veränderung von Ernährungsgewohnheiten eine langfristige Maßnahme darstellt. Die Patienten kommen aber häufig mit dem Wunsch, möglichst rasch Gewicht zu verlieren und brechen die Behandlung rasch ab, wenn die „Erfolgslebnisse“ ausbleiben.

Dieses Seminar soll dazu dienen, über verschiedene Ansätze der Adipositasbehandlung zu informieren und anhand von Fallbeispielen über die ernährungstherapeutischen Möglichkeiten bei dieser Erkrankung zu reflektieren.

Themen

- Adipositas – Krankheitstheorien und -modelle
- Therapiemethoden bei Adipositas
- Ernährungstherapeutische Hilfen
Beratungsprozess bei Adipositas gestalten
Einsatzmöglichkeiten von Ess- und Bewegungsprotokollen
Motivation erhalten
- Mögliche Schwierigkeiten und Lösungsvorschläge (Fallbeispiele)

Methoden

- Kurzvorträge, unterbrochen von Übungsteilen
- Kleingruppenarbeit
- Visualisierung der Referatsinhalte durch Flipchart, Anschauungsmaterial
- Diskussion und Erfahrungsaustausch

Die Teilnehmer/innen erhalten Handouts und Literaturempfehlungen

Literatur:

Robert-Koch-Institut (2012): DEGS-Symposium: „Gemessen und gefragt – die Gesundheit der Deutschen unter der Lupe“. Vortrag zum Thema: Übergewicht und Adipositas in Deutschland: Werden wir immer dicker? www.rki.de

Informationen

Seminartermine: Freitag, den 13.03.2015 oder
Freitag, den 06.11.2015

Zeitraum: 9.00 – 16.00 Uhr

Unterrichtseinheiten: 8

Die Anerkennung von Weiterbildungspunkten verschiedener Verbände (VDOe, VDD, VFED) ist möglich und kann bei der Referentin erfragt werden.

QUETHEB erkennt für diesen Seminartag 2 Punkte an (1 Punkt Modul F, 1 Punkt Modul M)

Teilnehmerzahl: 5-10

Ort: Praxis Vado, Erdmannstraße 13, 10827 Berlin-Schöneberg

Kosten: 85 Euro

Anmeldung:

Dr. Edda Breitenbach

Tel: 030-21962490

post@koerpererleben.de

www.koerpererleben.de

Dozentin:

Dr. Edda Breitenbach, Diplom-Ökotrophologin und Heilpraktikerin. Selbständig in eigener Praxis tätig und als Dozentin mit den Schwerpunkten Essstörungen, Ernährung bei Kindern und Jugendlichen, Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Körpertherapie.

Zielgruppe: ÖkotrophologInnen, DiätassistentInnen