



# Positionspapier

*Für die Ernährungsberatung und -therapie.*

Fachgesellschaft für Ernährungstherapie  
und Prävention (FET) e.V.  
[www.fet-ev.eu](http://www.fet-ev.eu)



# VERHALTENSKODEX FÜR EINE WERTSCHÄTZENDE PATIENTENBETREUUNG FÜR ERNÄHRUNGSFACHKRÄFTE

---

## **1. Die Würde des Essers ist unantastbar**

Ernährungsfachkräfte beraten „auf Augenhöhe“ und akzeptieren die Entscheidungen des Ratsuchenden auch dann, wenn sie den Empfehlungen zuwider laufen.

## **2. Gesund essen ist individuell**

Jeder Mensch ist anders und isst anders. Aus der Fülle der allgemeinen Empfehlungen werden jene fokussiert, die im individuellen Fall zutreffend sind.

## **3. Ein funktionierender Appetit braucht keine unnötigen Regeln und Verbote**

Jeder Mensch weiß, was ihm bekommt und was ihm gut tut. Der eine isst mehr Fett, um leistungsfähig zu sein, ein anderer braucht eher Kohlenhydrate, um sich wohl zu fühlen.

## **4. Nicht jedermann benötigt eine Ernährungsberatung**

Gesunden Menschen hilft allenfalls eine fachliche Unterstützung, um sich im Wirrwarr der widersprüchlichen Ernährungsaussagen und der gesundheitsbezogenen Werbeaussagen zurecht zu finden.

## **5. Übergewicht ist ein Symptom anderer Erkrankungen oder Störungen**

Die Leibesfülle eines Menschen steht in unmittelbarer Wechselwirkung zu seiner aktuellen Lebenssituation und ist abhängig von verschiedensten Umweltfaktoren. Keine medizinische Tabelle oder Skala kann allen Faktoren ausreichend Rechnung tragen.

## **6. Bedarfsgerechtes Essen lässt sich nicht ausrechnen**

Analysetools können grob, nicht aber ein individuell passendes Nährstoffangebot errechnen.

## **7. Ernährungsberater/-therapeuten verstehen sich als Anwälte ihrer Patienten**

Ernährungsberater sind nicht Erfüllungsgehilfen der jeweils vorherrschenden Meinung oder einer Fachgesellschaft. Ihre Arbeit basiert vielmehr auf fundierter Ausbildung, Erfahrungen und dem aktuellen Wissenstand.

## **8. Besonders wichtig: Nicht schaden!**

Maßnahmen für spezielle Probleme dürfen andere, möglicherweise bestehende Stoffwechselstörungen nicht verstärken.

## **9. Die Compliance der Klienten wird nicht moralisch bewertet**

Mutmaßungen über den Charakter des Klienten und den fehlenden Willen zur Mitarbeit sind nicht wertschätzend und wenig hilfreich. Wichtiger ist es, die Ursache(n) für das, was sie tun oder nicht tun, mit in die Hilfestellung einzubeziehen.

## **10. Einige Bedarfe benötigen eine spezialisierte Beratung**

Durch die Spezialisierung auf einige wenige ernährungsbezogene Fragestellungen wird sichergestellt, dass konsequente Fortbildungen geleistet werden und eine adäquate Beratung möglich ist.