



NVDA

Nederlandse Vereniging van Dietisten werkzaam vanuit de Antroposofie

*Secretariaat: Cornelia van Arkelstraat 16
2331 LZ Leiden
tel: 071 5765882
e-mail adres: secretariaat@antroposofischdietisten.nl
www.antroposofischdietisten.nl*



Beroepsprofiel Antroposofisch Diëtist 2011

Inhoud

Hoofdstuk 1	Voorwoord en Inleiding	3
Hoofdstuk 2	Visie op de mens, zijn voeding en de vertering	
	2.1. Mensvisie: antroposofie en mens	4
	2.2. Visie op voeding	5
	2.3. Visie op verteren	6
Hoofdstuk 3	Antroposofische Voedingstherapie	
	3.1. Visie op gezondheid, ziekte en therapie	7
	3.2. Antroposofische voedingstherapie	8
Hoofdstuk 4	Onderbouwing en waarborging van kwaliteit	
	4.1 werkvelden	9
	4.2 cliëntengroep	9
	4.3. onderbouwing van de voedingsadviezen	9
	4.4. waarborging kwaliteit	10
	4.5 professionalisering van de beroepsvereniging	10

Voorwoord

Vanuit de leden van de NVDA kwam de wens naar voren het bestaande, verouderde beroepsprofiel te vervangen en aan te passen aan nieuwe ontwikkelingen binnen de antroposofische en de reguliere gezondheidszorg. Tegelijkertijd komt deze vernieuwing tegemoet aan de wensen van de Nederlandse Vereniging van Zorgaanbieders (NVAZ). De NVAZ stimuleert een brede maatschappelijke inbedding van de antroposofische gezondheidszorg. Daarbij hoort het voldoen aan algemeen geaccepteerde kwaliteitscriteria. Mandaat voor het ontwerpen van een nieuw beroepsprofiel werd gegeven aan enkele leden van de NVDA: Rya Ypma en Martje Klok. Zij hebben het concept van het nieuwe beroepsprofiel antroposofisch diëtist ontworpen en aan de algemene ledenvergadering van de NVDA ter goedkeuring aangeboden. Het nieuwe beroepsprofiel van de NVDA kan op diverse manieren gebruikt worden:

- als hulp voor de leden om het beroep helder en levend uit te oefenen en verder te ontwikkelen.
- als informatiedocument om het therapeutische beroep "Antroposofisch diëtist" een duidelijke plaats in de wereld te geven.
- Als basis voor de opleiding tot antroposofisch diëtist.

Inleiding

De NVDA is een erkend netwerk met een specifieke deskundigheid binnen de reguliere beroepsvereniging voor diëtisten: de Nederlandse Vereniging van Diëtisten: NVD.

Het beroepsprofiel antroposofisch diëtist sluit aan op het "Beroepsprofiel Diëtist" Iedere antroposofisch werkende diëtist neemt het NVD beroepsprofiel tot uitgangspunt en verruimt dit met specifieke, door de antroposofie geïnspireerde visies en de daaruit voortvloeiende therapeutische praktijk. Dit zal behandeld worden in de hoofdstukken 2 en 3.

De antroposofisch werkende diëtist bezit het "Certificaat Diëtist werkzaam vanuit de Antroposofie" en is ingeschreven in het openbaar register van de NVDA. De voorwaarden voor het verkrijgen en behouden van dit certificaat zijn te vinden in het "Werkplan Registratie NVDA 2012".

Hoofdstuk 2: Visie op de mens, zijn voeding en de vertering

1. Mensvisie: antroposofie en mens

De antroposofische mensvisie is geïnaugureerd door Rudolf Steiner (1861-1925), die de filosofische en wetenschappelijke fundering heeft gelegd. De antroposofische geneeskunde erkent een samengaan van geestelijke en natuurwetenschappelijke principes. Beide principes werken samen in de mens en kunnen systematisch bestudeerd worden. De meest basale, antroposofische mensbeelden zijn het driedelige- en vierledige mensbeeld.

Het driedelige mensbeeld beschrijft de mens hoe hij functioneert in:

- Het hoofdgebied met voornamelijk zenuw en zintuigprocessen.
- Het middengebied met voornamelijk ritmische processen van hart en longen, de bloedsomloop en ademhaling.
- Het stofwisseling- ledematengebied met voornamelijk processen die gekenmerkt worden door stofwisseling, warmte, beweging en energie.

In dit driedelige mensbeeld wordt een polariteit beschreven tussen enerzijds een opbouwende stofwisselingspool en anderzijds een afbrekende bewustzijns pool. Deze polariteit doortrekt het hele lichaam. Tussen deze twee polen vormt zich steeds opnieuw een evenwicht scheppend middengebied, waarin ritmen van longen en hart de overhand hebben.

Het vierledige mensbeeld beschrijft de mens hoe hij in diverse lichamen (wezensdelen) tot gezondheid en ontwikkeling komt.

- Het fysieke lichaam, dat net als de stenen, ruimte inneemt en zichtbaar is.
- Het etherische lichaam, dat net als de planten, leven brengt en tijdsprocessen laat zien.
- Het astrale lichaam, dat net als bij de dieren, bewustzijn en gevoel geeft.
- Het ik dat een zuiver menselijk wezensdeel is en kwaliteiten brengt zoals zingeving, zelfbewustzijn, moraliteit en vrijheid.

Laatste drie genoemde lichamen zijn niet direct zichtbaar en waarneembaar, maar kunnen wel in hun uitwerkingen in het lichaam en in het gedrag van een mens beschreven en bestudeerd worden.

Het samengaan van de wezensdelen, op verschillende niveaus van lichaam, ziel en geest is een onderwerp van voortdurende studie. Voor een diëtist is het allereerst van belang te doorgronden hoe deze wezensdelen samenwerken in de spijsvertering en stofwisseling. Daar vindt zij belangrijke ingangen voor therapie.

Vanuit de antroposofie is ook een ontwikkelingspsychologie en een eigen pedagogie ontwikkeld. Zij beschrijven hoe de mens zich in de drie- en vierledigheid vanaf de geboorte ontwikkelt, via diverse stadia van kind zijn naar de ouderdom. Ook deze kennis van de ontwikkeling van de mens geeft de antroposofisch werkend diëtist richting hoe om te gaan met voeding in de diverse leeftijdsfasen en in te spelen op de specifieke ziektebeelden die de diverse levensfasen met zich mee kunnen brengen.

Ziektebeelden en verteringsklachten kunnen verklaard worden vanuit een disharmonie in de samenwerking tussen bovengenoemde gebieden.

Een voorbeeld van een disharmonie in het driedelige beeld is het gegeven dat mensen veel met het hoofd bezig zijn en te weinig bewegen, wat leidt tot diverse verteringsproblemen en stofwisselingsklachten.

Een voorbeeld van disharmonie in het vierledige beeld is het feit dat in deze tijd dat de voeding arm aan etherische krachten dreigt te worden door industriële landbouw en te ingrijpende bewerkingen van de voeding en daardoor het etherische lichaam van de mens onvoldoende gevoed wordt, hetgeen samenhangt met verlies van vitaliteit en moeheid.

2. Visie op voeding

Binnen het antroposofische gedachtegoed zijn een aantal basale ideeën over voeding te benoemen:

- Planten, dieren en mensen zijn geen optelsom van afzonderlijke stoffen. Het zijn levende organismen, doordrongen van levenskrachten. Dit krachtenveld kunnen we het levenslichaam of ook het etherlichaam noemen. Dit levenslichaam bepaalt dat planten, dieren en mensen organismen zijn en zorgt voor vormende processen, groei, bloei en vergaan en een bepaalde relatie met de omgeving. Het levenslichaam maakt de plant, het dier en de mens tot een levend geheel.
- Alleen de plant is in staat uit dode stoffen als koolstof, waterstof, stikstof, zuurstof onder invloed van lucht, licht, water en warmte levende gehelen te vormen, die vervolgens tot voedsel dienen van mens en dier.
- Mensen en dieren leven niet alleen van afzonderlijke voedingsstoffen zoals koolhydraten, eiwitten, vetten, vitamines en mineralen. Mensen en dieren hebben een voeding nodig waarin de samenhang van het oorspronkelijke product zoveel mogelijk behouden is, waar nog sprake is van het gehele product gepaard gaand met vitaliteit, versheid en behoud van levenskrachten.
- Met de voeding worden ook kwaliteiten als levend water, licht en warmte opgenomen.
- Alle levensmiddelen hebben hun eigen, specifieke werking in ons lichaam. Dat gegeven zet een antroposofisch werkend diëtist actief in. Een appel heeft een heel andere dynamiek en werking dan een wortel en rijst mobiliseert heel andere krachten dan een aardappel.
- Diverse delen van de plant: wortel, blad en vrucht hebben een eigen verhouding tot een bepaald gebied in de mens. De wortel heeft verwantschap met het hoofd, bloem en vrucht met de stofwisseling en het groene blad en de stengel vertoont overeenkomsten met het middengebied van de mens. De antroposofisch werkend diëtist kan dit gegeven actief inzetten in de therapie.
- Aan honing en kruiden wordt bijzondere waarde toegekend en zijn daarmee therapeutisch inzetbaar.
- In de biologisch dynamische landbouw begeleidt de boer met behulp van diverse maatregelen de bodem, de planten en de dieren in het omgaan met bovengenoemde levenskrachten. Het doel daarbij is dat de voedingsplanten en de landbouwdieren zich zo goed mogelijk kunnen ontwikkelen, dat wil zeggen "naar hun eigen wezen" en daarbij de specifieke levens- en vormkrachten in de juiste mate in hun materie kunnen opnemen. Het is na de oogst van belang de levensmiddelen

zodanig te bewaren, te bewerken en te bereiden dat de levenskrachten optimaal behouden blijven.

- Met "verwarmende" bereidingswijzen zoals koken, bakken en roosteren kan de voeding meer geschikt gemaakt worden voor de vertering en daardoor de gezondheid en ontwikkeling van de mens ondersteunen.

3. Visie op verteren

Het onderwerp verteren en de vraag wat verteren eigenlijk is, vormen samen het meest centrale onderwerp voor de antroposofisch werkende diëtist. Het is haar meest basale ingang voor therapie. Bij de vertering treden het vitaliseren en het in beweging komen in de meest ruime zin van het woord op de voorgrond. In de vertering wordt de voeding allereerst totaal vernietigd en vervolgens in de stofwisseling beleefd, bezielde en zodanig eigen gemaakt dat de voeding uiteindelijk ook de geestelijke ontwikkeling van de mens kan dienen.

- Het proces van spijsverteren en stofwisselen wordt vanaf de geboorte ontwikkeld. Kinderen hebben een andere voeding nodig dan volwassenen. Bij ieder mens zullen uiteindelijk de verteringsprocessen en stofwisselingsprocessen, afhankelijk van leeftijd en constitutie, op geheel eigen manier verlopen.
- Hoe meer betrokken de mens is bij de keuze, de bereiding en de opname van zijn voedingsmiddelen hoe meer dit ten goede komt aan zijn spijsvertering. Bewustzijn van de herkomst van de voeding, aandacht, eerbied, waarneming, met name het proeven, zijn belangrijk voor de uiteindelijke intensiteit van de stofwisseling.
- Het wezenlijke de vertering wordt gezien in de uiteenzetting van het eigen levenskrachtenlichaam (dit is het etherlichaam, zie hoofdstukje vierledigheid) met de levenskrachten (het etherlichaam) van de voeding. Hoe levenskrachtiger de voeding is, hoe meer activiteit van de eigen verteringsorganen gevraagd wordt om de voeding te verteren. Deze uiteenzetting levert uiteindelijk kracht op, vergelijkbaar met een spier, die juist door het gebruik ervan versterkt wordt. In de therapie wordt gekeken of het lichaam niet overvraagd of ondervraagd wordt: dit is een zeer individueel gegeven.
- De lever wordt gezien als het centrum van de vertering en stofwisseling.
- Plantaardige voeding vraagt van de mens bij de vertering in eerste instantie meer innerlijke activiteit, doet meer een appèl op onze spijsvertering. Juist daardoor kan plantaardige voeding meer activering en vitalisering teweeg brengen dan dierlijke voeding. Het dier heeft in zijn lichaam al een deel van dit werk voor ons gedaan: het heeft plantaardige voeding omgewerkt tot een hoogwaardig product. Als de mens dierlijke voeding gebruikt, met name het vlees, dan laat hij zich eigenlijk een deel van de verteringsactiviteit ontnemen. Dit kan een hulp voor mensen betekenen, maar met name door een overdaad aan dierlijke voeding wordt de mens uiteindelijk zwakker. Het is voor ieder mens afzonderlijk de vraag in hoeverre hij naast de plantaardige voeding dierlijke voedingsmiddelen nodig heeft om zijn gezondheid op orde te houden.
- Verteringskrachten kunnen ondersteund worden door het inzetten van bepaalde smaken, warmte, bepaalde bereidingsmethoden en het toevoegen van kruiden.

Hoofdstuk 3: Antroposofische Voedingstherapie

a. Visie op gezondheid, ziekte en therapie

1. Gezondheid

Gezondheid wordt gezien als een, voor die speciale mens, harmonische en evenwichtige toestand, die zich steeds nieuw vormt. Gezondheid speelt zich af in een voor de persoon eigen dynamiek tussen vele tegenstellingen die steeds om afwisseling vragen zoals slapen en waken, opnemen en uitscheiden, opbouwen en afbreken, de wereld ingaan en terugtrekken in de eigen binnenwereld. Ieder mens dient zelf het inzicht te ontwikkelen welke voeding uiteindelijk het meest optimaal zijn gezondheid ondersteunt. Algemene kennis over voeding en eigen ervaringen, zowel de reguliere als de antroposofische, hebben bij de ontwikkeling van dit inzicht een helpende functie.

2. Ziekte

Als gezondheid gezien wordt als een persoonlijke evenwichtstoestand, dan zal ieder mens ook op zijn geheel eigen manier ziek zijn. De antroposofische gezondheidszorg hecht waarde aan het ziek zijn in de zin van een specifiek leermoment. De ziekte verschaft inzicht in wat er op dat moment in de levensloop van de mens aan ontwikkeling en verandering nodig is. De antroposofisch werkend diëtist hecht er grote waarde aan dat een mens middels de voeding in een veranderingsproces kan komen. Zij kan de patiënt inzicht geven in de samenhang tussen de voeding en zijn klachten, waardoor de patiënt maximaal betrokken wordt bij zijn eigen genezingsproces. De reguliere ziektebeelden worden in de antroposofische, medische literatuur beschreven vanuit het drie- en vierledige mensbeeld. Deze beschrijvingen geven de antroposofisch diëtist aanknopingspunten in gesprek te komen over eetgewoontes, keuzes en leefstijl, gericht op de ontwikkelingen in het ziekteproces. Zij zal hierover regelmatig overleg hebben met haar antroposofische verwijzer. Vanuit de NVDA krijgt de antroposofisch werkend diëtist ondersteuning middels studie en overleg om de antroposofische visie op ziektes en genezingsprocessen verder te ontwikkelen.

3. Therapie

Therapeutisch uitgangspunt is dat de mens beschikt over eigen, gezondmakende krachten en bij voorkeur van daaruit een ziekte zelf kan genezen of met de ziekte in een nieuw gevonden evenwicht kan komen. Voeding betekent voor ieder ziekteproces een noodzakelijke ondersteuning op de weg naar daadwerkelijk helen en beter worden. Daarnaast is het mogelijk middels voedingsadviezen, een bepaald gebied of bepaalde gebieden in de mens extra aan te spreken of, indien nodig, juist te ontzien. In dit laatste onderscheidt zich de antroposofische diëtetiek van de reguliere dieetadvisering aangezien met "gebieden" ook bedoeld kunnen worden de

gebieden die meer in de sfeer van de wezensdelen (zie hoofdstuk 2.1) en levensprocessen te vinden zijn.

Ook de leefstijl adviezen onderscheiden zich in de antroposofische diëtetiek, aangezien ook het geestelijk spirituele leven van de patiënt een rol vervult in het genezingsproces.

De voedingstherapie is erop gericht dat de mens zijn eigen bron van gezondheidskrachten leert waarnemen en leert verzorgen. Voeding en eetgewoonten spelen daarin een cruciale rol.

b. Antroposofische Voedingstherapie

Er zijn diverse specifieke, therapeutische instrumenten die de antroposofisch werkende diëtist therapeutisch kan inzetten.

- Het omgaan met levenskrachten in de voeding, die samenhangen met de methoden van biologische- en biologisch dynamische landbouw en de diverse manieren van bewaren, bewerken en bereiden van de producten.
- De driedelige plant
- De verschillen in werking tussen dierlijke en plantaardige voedingsmiddelen
- Het inzetten van specifieke levensmiddelen zoals granen, groente, honing, kruiden, zout en oliën en vetten
- De kwaliteit van het water ofwel levend water
- De specifieke smaken van levensmiddelen zoals zuur, zout, zoet, bitter of wrang
- Het lever/ gal ritme
- Licht en warmte in de voeding
- Het oefenen van het met aandacht leren waarnemen van de levensmiddelen, door bijvoorbeeld het ruiken, proeven en tasten
- De verzorging in het algemeen van de voeding en de maaltijden
- Aandacht voor voeding tijdens de diverse leeftijdsfasen, bij een bepaalde constitutie of bij een bepaald temperament
- Aandacht voor het zelf verantwoordelijkheid nemen voor de eigen gezondheid en aandacht voor veranderingsprocessen

Hoofdstuk 4: Onderbouwing en waarborging van kwaliteit

Werkterrein van de antroposofisch werkend diëtisten

Voor de antroposofische geneeskunde is interdisciplinaire samenwerking altijd een voorwaarde geweest om deze geneeskunde optimaal tot zijn recht te laten komen. De meest voorkomende vormen van samenwerking zijn te vinden:

- in de zogenaamde therapeutica, waar huisartsen en diverse therapeuten zoals fysiotherapeuten, euritmitherapeuten, kunstzinnig therapeuten, psychotherapeuten en verpleegkundigen samenwerken. Ook de antroposofisch werkende diëtist heeft binnen deze samenwerking van artsen en therapeuten haar plaats ingenomen.
- Sommige antroposofisch werkende diëtisten zijn verbonden aan heilpedagogische instituten. Het komt regelmatig voor dat zij in de instituten ook lessen antroposofie en voeding verzorgen voor therapeuten en begeleiders.
- Antroposofisch werkende diëtisten kunnen ook andere taken op zich nemen zoals het geven van kookcursussen gericht op biologische en biologisch dynamische voeding, het ontwerpen van voorlichtingsmateriaal en het geven van voorlichting op met name Vrije Scholen, in Natuurvoedingswinkels en voor andere antroposofisch medische beroepsgroepen. Ook kan de antroposofisch werkende diëtist zich verbinden met een antroposofisch kinderspreekuur (zorg voor ouders en kinderen van 0 tot 4 jaar).

Benadering van de cliëntengroep:

De cliëntengroep die bij de antroposofisch diëtist komt is heel divers. Lang niet alle cliënten kiezen heel bewust voor (alleen) de antroposofische benadering van voeding, ziekte en gezondheid. De antroposofisch werkend diëtist zal steeds moeten aftasten waar de cliënt behoefte aan heeft en moeten afstemmen op het niveau waarop de cliënt kan instappen.

Hoe beter de antroposofisch diëtist zich de antroposofische visies heeft eigen gemaakt hoe makkelijker het wordt om deze ook op een eenvoudig niveau met patiënten te delen en van daar uit bepaalde adviezen te kunnen motiveren.

De antroposofische geneeskunde **werkt altijd via inzicht en zelfbewustzijn: het ik van de patiënt**. Vanuit vrijheid zelf een genezingsproces in gang zetten wordt daar, waar enigszins mogelijk, gestimuleerd.

Onderbouwing van de voedingsadviezen

Vanuit de maatschappij komt een toenemende vraag naar wetenschappelijke onderbouwing van de voedingsadviezen. Er zijn diverse mogelijkheden die de antroposofisch werkend diëtist gebruiken kan:

- Publicaties van het Louis Bolk instituut en het onderhouden van contacten met dit instituut
- Begeleiding in onderzoek door o.a. het Lectoraat Antroposofische Gezondheidszorg in Leiden
- Zelfstandig uitvoeren van onderzoeken
- Binnen de NVDA verder ontwikkelen van specifieke deskundigheid middels literatuurstudie in combinatie met het uitwisselen van "best practice"

Waarborging van Kwaliteit

- Leden van de NVDA komen 6x per jaar bij elkaar voor studie, intercollegiale toetsing en huishoudelijke vergadering. Presentielijsten en notulen worden bijgehouden.
- Jaarlijks wordt een jaarvergadering gehouden
- Er is een "Werkplan Registratie" waarin vermeld staat hoe men het certificaat antroposofisch diëtist kan verkrijgen en behouden.
- Er worden visitaties gedaan.
- Er wordt intercollegiale toetsing gedaan
- Er is een klacht- en tuchtregeling.
- Een speciale commissie binnen de NVDA houdt zich bezig met scholing voor leden van de NVDA en voor belangstellenden. Voor een aantal scholingen is bij de stichting ADAP (Accreditatie Deskundigheid bevorderende Activiteiten Paramedici) accreditatie aangevraagd en toegekend. Voor andere, niet geaccrediteerde scholingen, worden punten toegekend conform de regels van het Kwaliteitsregister Paramedici.
- De NVDA heeft een eigen website: www.antroposofischedietisten.nl
- De NVDA kent de verenigingsvorm met statuten en een huishoudelijk reglement

Professionalisering van de beroepsvereniging:

- De NVDA als beroepsvereniging is lid van de Nederlandse Vereniging van Antroposofische Zorgaanbieders (NVAZ). Maandelijks is er een overleg binnen de NVAZ met de andere antroposofische medische beroepsgroepen. Hieruit is voortgekomen dat de NVDA steeds voldoet aan de kwaliteitscriteria.
- Gecertificeerde leden van de NVDA zijn lid van de IKBC: Interdisciplinaire Klachten- en Bemiddelingscommissie voor antroposofische zorgaanbieders.
- De NVDA is lid van de medische sectie van de Algemene Antroposofische Vereniging Nederland.
- De NVDA is een erkend netwerk met specifieke deskundigheid binnen de NVD.
- De leden van de NVDA staan ingeschreven in het Kwaliteitsregister Paramedici en voldoen aan de aldaar gestelde voorwaarden.