

Diëtisten benadrukken tijdens de Week van de Diëtist het belang van een goede maag- en darmgezondheid

Nossegem, 2024

Maag- en darmgezondheid staat centraal tijdens de Week van de Diëtist, georganiseerd door de Vlaamse Beroepsvereniging van Diëtisten (VBVD) en de Waalse L'Union Professionnelle des Diététiciens de Langue Française (UPDLF). Deze jaarlijkse campagne, om het beroep van de diëtist in de kijker te zetten, focust deze keer op de rol die de diëtist speelt bij het aanpakken van verschillende maag- en darmaandoeningen, zoals het prikkelbare darmsyndroom, coeliakie, lactose-intolerantie en andere maag- en darmklachten. **De Week van de Diëtist gaat door van 18 tot en met 24 maart.**

Met de slogan "**Twee handen op jouw buik: samen werken we aan jouw maag- en darmgezondheid**" plaatst de diëtist de kracht van samenwerking centraal. Door zorgvuldig te luisteren naar de individuele behoeften van de patiënt, werkt de diëtist een persoonlijke voedingsstrategie uit die aansluit bij hun unieke situatie. Elke maagdarmaandoening vraagt namelijk om op maat gemaakt voedingsadvies en gerichte dieetaanpassingen. De diëtist staat klaar om de patiënten te voorzien van de juiste begeleiding en ondersteuning om hun gezondheidsdoelen te bereiken.

Daarnaast deelt de diëtist ook preventieve kennis om een optimale maag- en darmgezondheid te bevorderen. Als ondersteuning voor een gezond maag- en darmgestel deelt de deelnemende diëtist graag vijf waardevolle tips met het publiek:

1. Eet voldoende vezels (minimaal 25 gram) en drink dagelijks 1,5 tot 2 liter water
2. Beweeg regelmatig gedurende de dag
3. Neem de tijd om rustig te eten en goed te kauwen
4. Ga bij elke aandrang naar het toilet
5. Bouw een goede maaltijdstructuur op en overeet jezelf niet



TWE E HANDE N OP JOUW BUIK

SAMEN WERKEN WE AAN JOUW MAAG- EN DARMGEZONDHEID

WEEK VAN DE DIËTIST
18 TOT 24 MAART 2024

VRAAG RAAD AAN JE DIËTIST!

EEN INITIATIEF VAN DE WETTIG ERKENDE
VLAAMSE BEROEPSVERENIGING VAN DIËTISTEN
Vind een diëtist op www.vbvd.be of via de QR-code

VBVDiëtisten VBVDiëtisten

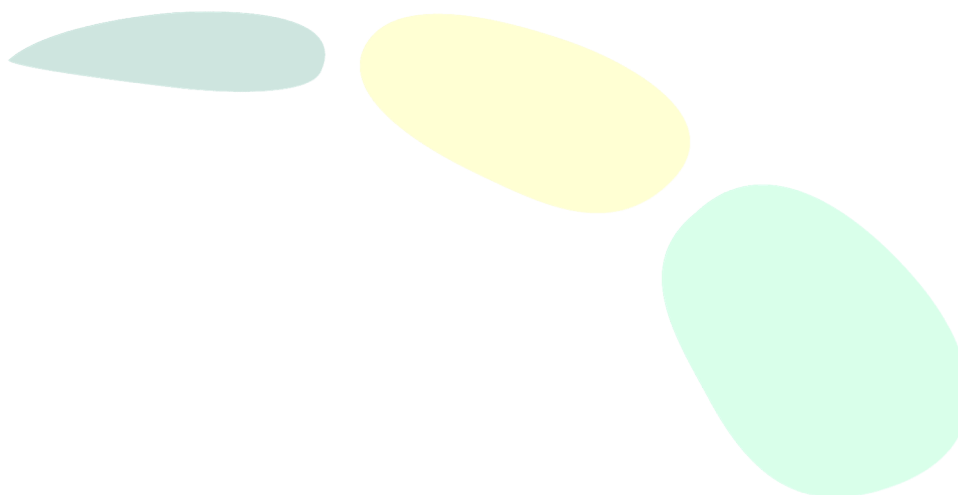
 vbvd
Vlaamse Beroepsvereniging
van Diëtisten

Tot slot wordt de aandacht gevestigd op de multidisciplinaire aanpak van maag- en darmproblemen. De deelnemende diëtisten roepen actief op tot samenwerking met andere zorgverleners zoals huisartsen, apothekers en kinesisten, om zo de levenskwaliteit van mensen met spijsverteringsklachten te verbeteren.

Deelnemende diëtisten zullen tijdens deze week gebruikmaken van speciaal ontwikkelde tools om cliënten met verschillende maag- en darmproblemen nog beter te begeleiden. De diëtisten zullen zich richten op het verstrekken van waardevolle informatie, praktische tips en persoonlijk advies om het publiek te helpen bij het verbeteren of behouden van hun maag- en darmgezondheid.

Op de website www.vbvd.be zullen alle deelnemende diëtisten per regio vermeld staan en via sociale media zullen verschillende acties gepromoot worden.

Heeft u zelf vragen over bepaalde maagdarmaandoeningen? Aarzel dan niet om dit te bespreken met uw diëtist!



Voor meer informatie kunt u terecht op <https://www.vbvd.be/week-van-de-dietist-2024-maag-en-darmgezondheid>

Leuvensesteenweg 643, bus 6

02/380 80 98

IBAN BE50 7330 3288 1818

1930 Nossegem

info@vbvd.be - www.vbvd.be

BIC KREDBEBB