

6. BZfE-Forum

Ernährung 4.0

Wie die Digitalisierung unser Essen beeinflusst

01. September 2022

Dr. Ursula Kramer

sanawork GmbH

„Digitale Partnerschaft - mehr Erfolg in der Ernährungsberatung“

Ernährung spielt eine Schlüsselrolle in der Prävention und ist ein Trendthema in digitalen Medien. Fachgesellschaften und Ernährungsberatungskräfte sind aufgerufen, die digitalen Entwicklungen aktiv aufzugreifen. Die Rationale dafür liefert die Digital Health Expertin in ihrem Impuls. Sie zeigt an Beispielen, wie digitale Tools als Bausteine genutzt werden können, um Beratungskonzepte zu individualisieren, sie an den Möglichkeiten und der Lebenswirklichkeit von Patienten auszurichten und auf diesem Weg Gesundheitskompetenz und Selbstwirksamkeit zu stärken. Mehr Partizipation und eine engere Beratungspartnerschaft lassen auf bessere Beratungserfolge hoffen, doch wie gut ist die Evidenz? Erste digitale Interventionen mit Ansätzen der kognitiven Verhaltenstherapie bei chronischen, ernährungsbedingten Erkrankungen wie Adipositas, Diabetes und Reizdarm haben als Apps auf Rezept den Weg in die Regelversorgung bereits gefunden. Virtuelle Ernährungsberater stehen auf dem Prüfstand und müssen zeigen, was sie können – und auch, was sie nicht können.

Die Ernährungsberatung braucht Expertinnen, die die Qualität und Sicherheit digitaler Ernährungstools einschätzen und digital kompetent informieren können. Als „Digitallotsen“ helfen sie Patienten, digitale Bausteine selbstbestimmt auszuwählen, oder gemeinsam einen Schritt weiterzugehen, und in einer digitalen Partnerschaft partizipativ den Erfolg in der Ernährungsberatung zu stärken.

„Herausforderungen digitaler Tools in der Ernährungsberatung kennen, benennen und damit umgehen können, ist ebenso wichtig, wie deren Chancen zu identifizieren und für mehr Erfolg in der eigenen Beratungspraxis nutzen zu können,“ so das Fazit der Expertin.
