

Hofbauer A, Frühwirt F

**Bericht & Report: Köche mit Verantwortung -
Zukunftsorientierte Ausbildung: Diätetisch geschulter Koch**

Journal für Ernährungsmedizin 2012; 14 (1), 15

Homepage:

www.aerzteverlagshaus.at

**Online-Datenbank mit
Autoren- und Stichwortsuche**

MIT NACHRICHTEN DER



For personal use only.

Not to be reproduced without permission of Verlagshaus der Ärzte GmbH.

Erschaffen Sie sich Ihre ertragreiche grüne Oase in Ihrem Zuhause oder in Ihrer Praxis

Mehr als nur eine Dekoration:

- Sie wollen das Besondere?
- Sie möchten Ihre eigenen Salate, Kräuter und auch Ihr Gemüse ernten?
- Frisch, reif, ungespritzt und voller Geschmack?
- Ohne Vorkenntnisse und ganz ohne grünen Daumen?

Dann sind Sie hier richtig





KÖCHE MIT VERANTWORTUNG

Zukunftsorientierte Ausbildung:
Diätetisch geschulter Koch

Das Thema Ernährung wird immer wichtiger. Ernährung ist heute in Prophylaxe und auch Therapie vieler Zivilisationserkrankungen anerkannt. Köche sind zunehmend gefordert, dem Tischgast ein ernährungsbewusstes Essen zu bieten. Die Ausbildung zum „Diätetisch geschulten Koch“ kommt dieser Forderung sehr entgegen.

A. Hofbauer, F. Frühwirth

Bedingt durch den Wohlstand der letzten Jahrzehnte blieben viele Zivilisationserkrankungen wie Fettstoffwechselstörungen, Diabetes, Gicht, Bluthochdruck usw. nicht aus. In den industrialisierten Ländern, so auch in Österreich, sprechen die Zahlen für sich: rund 70 % der Bevölkerung haben erhöhte Cholesterinwerte, nahezu die Hälfte bringt mehr Gewicht auf die Waage als empfohlen und ca. 600.000 Menschen leiden an Diabetes und dessen Folgen.

ERNÄHRUNG UND DIÄT ALS THERAPIE

Die Bedeutung der Ernährung sowohl in Therapie und Prophylaxe dieser Erkrankungen ist heute unumstritten. Mehr denn je fordern Wissenschaftler und Ärzte, die Ernährungsgewohnheiten umzustellen. Ebenso werden die Verantwortlichen in Gemeinschaftsverpflegung und Gastronomie aufgefordert, ein adäquates Speisenangebot zu bieten. Der Anteil des Außer-Haus-Verzehrs nimmt stetig zu. Immer mehr Menschen nehmen zumindest eine Mahlzeit am Tag im Betrieb oder in einem

Restaurant ein. Den Urlaub verbindet man gerne damit, etwas für seine Fitness zu tun. Gesundheits- und Fitnesshotels erfreuen sich eines regen Zuspruches.

DIÄT MUSS SCHMECKEN

Mehr denn je ist es ein Wunsch der Menschen, Gesundheit und Wohlbefinden durch bewusste Ernährung zu erhalten bzw. wiederzuerlangen. Ein wesentlicher Aspekt dabei ist der Geschmack. Ernährungsbewusste Küche und Diät sollen und können ebenso wohlschmeckend wie die traditionelle Küche sein. Hier geht es nicht darum, den Menschen von heute auf morgen auf eine ganz „ungewöhnliche Kost“ umzustellen, sondern durch Modifikation traditioneller Gerichte eine ernährungsbewusstere Form der Speisen zu erhalten. Dem Koch fällt somit eine sehr verantwortungsvolle Aufgabe zu. Um das Speisenangebot auch für Diätbedürftige und Ernährungsbewusste kreativ und phantasievoll zu gestalten, benötigt der Koch Spezialwissen. Mit Ernährungsfragen und ihrer wirksamen Umsetzung in die Praxis sind Köche oftmals überfordert. In der herkömmlichen Ausbildung wird zu wenig auf diese Aspekte eingegangen. Aber auch Köchen in Spitälern und Reha-Zentren fehlt meist das Fachwissen um Ernährung, Diätetik und dessen praktische Umsetzung. Daher kommt es immer wieder zu Kommunikationsproblemen zwischen den Berufsgruppen Köche und DiätologInnen.

AUSBILDUNG ZUM DIÄTETISCH GESCHULTEN KOCH

Daher wurde schon vor vielen Jahren begonnen, Köche in Ernährung und Diätetik zu schulen. Dem Verband der Diätologen Österreichs ist es letztendlich gelungen, die Ausbildung zum „diätetisch geschulten

Koch“ in den WIFIs österreichweit anzubieten. Kursleitung und Unterricht werden großteils von DiätologInnen durchgeführt. Die Ausbildung umfasst einen theoretischen Teil zu 60 Stunden, die Praxis wird in 50 Stunden gelehrt. In der Theorie lernen die zukünftig „diätetisch geschulten Köche“ die Grundlagen der Ernährung und Diätetik, der Lebensmittelkunde und der Anatomie und Physiologie des Menschen kennen. Der diätetische Schwerpunkt befasst sich vorwiegend mit Übergewicht, Diabetes, Fettstoffwechselstörungen, Gicht, Erkrankungen des Verdauungstraktes bis hin zu Nierenerkrankungen. Die richtige Zusammenstellung und Zubereitung ernährungsbewusster Speisen und Diätkostformen wird im praktischen Unterricht vermittelt. Hier wird gezeigt, dass gesunde Ernährung und Diät auch schmecken kann. Letztendlich müssen die Köche auch eine Prüfung absolvieren und zwar mündlich, schriftlich und praktisch. Erst nach bestandener Prüfung erhalten sie ein WIFI-Zeugnis und dürfen sich „diätetisch geschulte(r) Köcheln“ nennen. Diese Ausbildung hat sich an den WIFIs österreichweit bereits bestens etabliert und erfreut sich sehr großer Nachfrage. Das Wissen um die Ernährung von gesunden und kranken Menschen sollte nicht nur Köchen aus Krankenhaus- und Pflegeeinrichtungen ein Anliegen sein. Jeder Koch sollte über die Ernährung und ihre Bedeutung für den Menschen genauestens Bescheid wissen. Besonders in der Gemeinschaftsverpflegung von Betrieben sowie in der Gastronomie ist gesunde Ernährung nicht nur ein Schlagwort. Auch hier wird der Koch bzw. Küchenchef immer mehr gefordert, ein unter Berücksichtigung von ernährungsphysiologischen Kriterien ausgerichtetes Speisenangebot zusammenzustellen.