

VÄLISTAMISDIEEDIL OLEVA KLIENDI NÕUSTAMINE

TOITUMISNÕUSTAJA JA -TERAPEUDI KOMPETENTS KUTSESTANDARDITE ALUSEL

Toitumisinõustaja ja – terapeudi kompetentsi kuulub kutsestandardi (tase 5 ja tase 6) järgi kliendi toitumise tasakaalustamine piirangutega menüüde puhul, tehes vajadusel koostööd teiste spetsialistidega.

Toitumisinõustajal ei ole pädevust määrata piirangutega dieete, v.a juhtudel, kui ta on saanud vastava lisakoolituse.

Toitumisterapeut võib vajadusel soovitada oma kompetentsi piirides tõenduspõhiseid piirangutega dieete.

Nii toitumisterapeut kui toitumisinõustaja peavad kooskõlastama tegevuskava kliendi ja temaga seotud teiste spetsialistidega.

Kutsestandardi alusel **lähtuvad** nii toitumisinõustaja kui -terapeut **tõenduspõhistest Eestis kehtivatest** toidu-, **toitumis-** ja **liikumissoovitustest ning toitumist puudutavatest ravi- ja tegevusjuhenditest.**

ETTA JUHISED VÄLISTAMISDIEETIDE KORRAL NÕUSTAMISEKS JA TOITUMISNÕUSTAJA VÕI -TERAPEUDI PÄDEVUS

ETTA on koostanud tõenduspõhised juhised toitumisinõustajatele ja -terapeutidele nende välistamisdieetide puhul nõustamiseks, mis puuduvad tõenduspõhistes Eesti riiklikes toitumissoovitustes ja arstide ravi- ja tegutsemisjuhistes.

Kui toitumisinõustaja või -terapeut soovib klientidele pakkuda **toidutalumatus** teste, peab ta läbima vastava koolituse. Spetsiaalse koolituse läbinud toitumisinõustaja või -terapeut tegutseb toidutalumatus testide alusel nõustamisel ETTA juhise alusel:

- *ETTA juhised toiduallergia, -tundlikkuse ja -talumatuse testide nõustamiseks 2026.*

ETTA on koostanud toitumisinõustajatele ja -terapeutidele tõenduspõhised juhised järgmiste piirangutega dieetide tasakaalustamiseks: Veganitoitumise juhised; Laktoositalumatuse nõustamise juhised; Kaltsiumipuuduse ärahoidmise juhised piimavabal toitumisel; Munavaba toitumise juhised. Toitumisterapeudile on koostatud tsöliaakiahaiguse toitumisteraapia juhised.

OLULINE ON, ET TOITUMISNÕUSTAJA VÕI -TERAPEUT

- ei soovita mittevajalike toiduainete menüüst elimineerimist; välistamisdieedi vajadus peab olema **põhjendatud** ning **dokumenteeritud**;
- aitab **muuta kliendi menüü tervislikumaks ja toitaineterikkamaks** ka siis, kui sellest on mõni toiduaine elimineeritud allergia või talumatuse tõttu;
- demonstreerib terviseprobleemidega klientide puhul oma dokumentatsioonis **koostööd arstide ja/või teiste spetsialistidega**;
- soovitab enne mistahes põhjusel pikaajalisele gluteenivabale dieedile minekut kliendil teha arsti juures tsöliaakiatesti, et välistada tsöliaakia diagnoos.