

Diététicien, coach, conseiller ou nutritionniste???

Vous vous posez peut être la question: quelle est la différence entre tous ces termes?

Les diététiciens sont diplômés d'une haute école reconnue qui dispense un enseignement supérieur paramédical. Pendant leurs trois années d'étude, les futurs diététiciens étudient tous les aspects de l'alimentation ainsi que toutes les disciplines scientifiques et médicales qui vont leur permettre de comprendre les liens entre l'alimentation et la santé.

Le diététicien est le seul spécialiste de l'alimentation reconnu. Son titre est protégé et fixé par l'Arrêté Royal du 19 février 1997. Depuis 2011, un agrément octroyé par le SPF Santé publique est obligatoire pour exercer le métier de diététicien. Cet agrément garantit au patient un service professionnel de qualité car il prouve que le diététicien répond aux exigences requises pour l'exercice de la profession (étude, stages, obligation de formation continue, respect des règles professionnelles).

La plupart des mutualités pratiquent un remboursement des consultations exercées sur la base d'une prescription médicale par un diététicien diplômé et agréé.

Le terme « **nutritionniste** » n'est pas un titre protégé et ne répond à aucune exigence légale.

Les formations en nutrition sont nombreuses et ne sont en aucun cas validées par le SPF Santé publique. Elles prolifèrent car elles répondent à une demande massive mais elles sont incomplètes (et souvent erronées) et légalement, ne permettent pas aux personnes qui la suivent de poser les actes exclusivement réservés aux détenteurs d'un bachelier en diététique.

Les conseils fournis par les experts en nutrition, nutrithérapeutes, nutricoachs, coachs en amaigrissement ou en nutrition, entraîneurs personnels, coach bien être, etc... n'offrent aucune garantie professionnelle ni scientifique et n'ont aucune valeur juridiquement fondée.

Les **médecins nutritionnistes** ont complété leur formation médicale par une formation en nutrition ou se sont formés en nutrition par la lecture. Ils peuvent vous aider à diagnostiquer un trouble nutritionnel et vous donner des conseils. Toutefois, la plupart d'entre eux vous redirigeront vers un diététicien, spécialiste de l'alimentation, pour vous aider à mettre les conseils nutritionnels en pratique en fonction de vos goûts, vos habitudes, votre vie professionnelle, votre culture, vous aider et vous guider dans vos choix alimentaires.

A l'heure actuelle, les informations sur l'alimentation foisonnent tant dans la presse que sur le net mais ne sont pas toujours fondées. Elles peuvent en effet émaner de personnes qui n'ont pas acquis, lors d'une formation rigoureuse, le sens de l'analyse critique des données scientifiques. Il est important de faire la part des choses entre les informations farfelues et celles qui sont scientifiquement démontrées. Restez prudents et renseignez vous auprès des vrais professionnels de la santé !