

Výživový poradce

Výživový poradce posuzuje stravovací návyky, složení těla a životní styl klienta, poskytuje odborné poradenství k pozitivní změně stavu a návyků klienta při respektování zásad zdravé výživy, navrhuje a aktualizuje vhodný výživový program s přihlédnutím ke zdravotnímu a fyzickému stavu klienta.

Odborný směr:	Služby provozní a osobní
Odborný podsměr:	péče o tělo
Kvalifikační úroveň:	Odborné specializace, pomaturitní vzdělání
Alternativní názvy:	Výživový specialista, Specialista na hubnutí, Poradce pro výživu, Poradce pro změnu životního stylu, Ernährungsspezialist, Nutritionist, Dietitian
Regulovaná jednotka práce:	Ne

Pracovní činnosti

- Provádění komplexní vstupní nutriční a tělesné diagnostiky klienta.
- Zhodnocení způsobu dosavadního stravování klienta.
- Vytvoření doporučení pro změny v životosprávě za využití vhodných potravin, pohybu, doplňků stravy, případně dalších nefarmakologických intervencí.
- Sestavení individuálního stravovacího plánu s ohledem na zdravotní stav, dosavadní životosprávu a stravovací návyky.
- Poskytování výživového poradenství a pomoc klientům řešit jejich nutriční problémy.
- Podporování a motivace klienta v průběhu změny životosprávy.
- Sledování klienta při dodržování nových stravovacích návyků.
- Edukace v oblasti správné výživy a vhodné pohybové aktivity pro daného klienta.
- Vedení databáze klientů a evidování změn.

CZ-ISCO

- 22300 - Specialisté v oblasti tradiční a alternativní medicíny
- 2230 - Specialisté v oblasti tradiční a alternativní medicíny

Příklady činností

Příklady činností ze soukromého sektoru	Tarifní stupeň
Zjišťování tělesné hmotnosti a měření obvodů zákazníka.	6
Sestavování optimálního programu pro redukci váhy.	6
Sestavování optimálního programu pro nabírání svalové hmoty dle požadavků klienta.	6
Tvorba jídelníčku s ohledem na rovnováhu kyselin a zásad uvnitř organismu za účelem správného fungování metabolismu.	6
Změření bazálního metabolismu (energie potřebná pro orgánový chod těla).	5
Výpočet BMI (Body Mass Index = index tělesné hmotnosti).	5
Stanovení doporučených denních dávek živin odpovídajících metabolickým i zdravotním potřebám jedince.	5
Výběr potravin pro vyvážené stravování.	4
Výběr vhodných glykemických potravin s ohledem na klidový nebo fyzicky aktivní režim.	4
Vysvětlení správného použití a užívání doplňků stravy.	4

Typ JP	ID
Povolání	102120
Příklady činností ze soukromého sektoru	Tarifní stupeň
Výběr vhodného náhradního sladidla s ohledem na vypracovaný stravovací plán a zdravotní stav klienta.	4

Pracovní podmínky

Název	1	2	3	4
Pracovní doba, směnnost	x	x		
Zátěž prací v nevhodných pracovních polohách	x			
Práce ve výškách	x			
Duševní zátěž	x			
Zvýšené riziko úrazu pracovníka	x			
Zvýšené riziko obecného ohrožení	x			
Zátěž teplem	x			
Zátěž chladem	x			
Zátěž hlukem	x			
Zátěž vibracemi	x			
Zátěž prachem	x			
Zátěž chemickými látkami	x			
Zátěž invazivními alergeny	x			
Zátěž biologickými činiteli způsobujícími onemocnění	x			
Zátěž ionizujícím zářením	x			
Zátěž neionizujícím zářením a elektromagnetickým polem včetně laserů	x			
Zraková zátěž	x			
Celková fyzická zátěž	x			
Zátěž trupu a páteře s převahou statické práce (manipulace s břemeny)	x			
Lokální zátěž - zátěž malých svalových skupin	x			
Lokální zátěž jemné motoriky	x			
Zátěž prací v omezeném nebo uzavřeném prostoru	x			

Legenda:

- 1. Stupeň zátěže (minimální zdravotní riziko)
Faktor se při výkonu práce nevyskytuje nebo je zátěž faktorem minimální, vliv faktoru je ze zdravotního hlediska nevýznamný.
- 2. Stupeň zátěže (únosná míra zdravotního rizika)
Ze zdravotního hlediska je míra zátěže faktorem únosná, nepřekračuje limity stanovené předpisy, vliv faktoru je akceptovatelný pro zdravého člověka.

Povolání

102120

- 3. Stupeň zátěže (významná míra zdravotního rizika)
Úroveň zátěže překračuje stanovené limitní hodnoty expozice (zátěže), na pracovištích je nutná realizace náhradních technických a organizačních opatření, nelze vyloučit negativní vliv na zdraví pracovníků.
- 4. Stupeň zátěže (vysoká míra zdravotního rizika)
Úroveň zátěže vysoce překračuje stanovené limitní hodnoty expozice, na pracovištích musí být dodržován soubor preventivních opatření, častěji dochází k poškození zdraví.

Kvalifikace k výkonu povolání

Školní vzdělání

Nejvhodnější školní přípravu poskytují obory:

Typ	Název	Kód
KKOV	Střední vzdělání s maturitní zkouškou (bez vyučení) v oboru ošetrovatelství	5341M
KKOV	Vyšší odborné vzdělání v oboru ošetrovatelství	5341N
AKSO	Dietní sestra	5345M001
AKSO	Nutriční asistent	5341M008
AKSO	Dipl.nutriční terapeut	5341N41

Vhodnou školní přípravu poskytují také obory:

Typ	Název	Kód
RVP	Nutriční asistent	53-41-M/02
KKOV	Střední vzdělání s maturitní zkouškou ve skupině oborů zdravotnictví	53xxL
KKOV	Střední vzdělání s maturitní zkouškou (bez vyučení)	xxxxM
KKOV	Vyšší odborné vzdělání	xxxxN

Další vzdělání

Profesní kvalifikace

- Výživový poradce (69-042-N)

Kompetenční požadavky

Měkké kompetence

Kód	Název	Úroveň 0-5
a08	Řešení problémů	3
a01	Efektivní komunikace	3

Měkké kompetence

Kód	Název	Úroveň 0-5
a02	Kooperace (spolupráce)	4
a05	Uspokojování zákaznických potřeb	4
a13	Objevování a orientace v informacích	3

Popisy úrovní naleznete zde: http://katalog.nsp.cz/Napoveda/Prilohy_Manualu_NSP/Priloha_c10_manualu.pdf#page=2

Obecné dovednosti

Kód	Název	Úroveň 0-3
b01	Počítačová způsobilost	2
b02	Způsobilost k řízení osobního automobilu	0
b03	Numerická způsobilost	2
b04	Ekonomické povědomí	0
b05	Právní povědomí	0
b06	Jazyková způsobilost v češtině	2
b07	Jazyková způsobilost v angličtině	0
b08	Jazyková způsobilost v dalším cizím jazyce	0

Popisy úrovní naleznete zde: http://katalog.nsp.cz/Napoveda/Prilohy_Manualu_NSP/Priloha_c9_manualu.pdf#page=2

Odborné znalosti

Kód	Název	Úroveň 1-8	Vhodnost
k12._0011	dietetika	5	Nutné
k11._0003	anatomie	4	Nutné
e11._0093	zásady racionální výživy	5	Nutné
k12._0080	zdravý životní styl	5	Nutné
k11._0005	fyziologie	4	Výhodné
h42._0001	služby fitness a zdravého životního stylu	4	Nutné
h32._0002	výživa a nauka o potravinách	4	Výhodné
e11._0090	analýza potravin	4	Výhodné

Odborné dovednosti

Kód	Název	Úroveň 1-8	Vhodnost
k12.D.6110	Provádění komplexní nutriční a cílené tělesné diagnostiky klienta	5	Nutné
e11.D.7931	Sestavování jídelníčku pro různé skupiny klientů	5	Nutné
e11.C.6931	Vzdělávání a vedení klienta k převzetí zodpovědnosti za vhodné stravovací návyky a racionalizaci výživových názorů	5	Nutné
k16.C.7018	Jednání s klientem	4	Nutné
k16.C.7019	Diagnostika klienta	4	Nutné
k21.A.8003	Poskytování pomoci a podpory při stravování klientů	3	Nutné
k12.D.8113	Vedení požadovaných evidencí v oblasti výživy	4	Nutné
k12.C.1013	Poskytování poradenství v oblasti zdravé výživy a zdravého životního stylu	4	Výhodné
k22.D.2414	Spolupráce při tvorbě individuálních plánů pro jednotlivé klienty	4	Nutné
k13.C.0004	Motivování pacientů a jiných osob ke zdravému životnímu stylu nebo péči o sebe sama	3	Výhodné
k12.C.1020	Hodnocení účinnosti zvolených postupů a metod v oblasti podpory zdraví a zdravého způsobu života a jejich úprava dle klienta	4	Nutné
m31.D.1086	Sestavování individuálního cvičícího plánu a stravovacího režimu včetně propočtů biologické a energetické hodnoty	4	Výhodné

Zdravotní podmínky

Onemocnění omezující výkon povolání

- Poruchy chování.

Přesné posouzení zdravotního stavu s následným doporučením nebo nedoporučením výkonu tohoto povolání je možné pouze po konzultaci s lékařem.