

Portfolio Fachexpertise Schweizerischer Verband der Ernährungsberater/innen (SVDE)

Für Medienschaffende



SVDE ASDD

Schweizerischer Verband
der Ernährungsberater/innen

Association suisse
des diététicien-ne-s

Associazione Svizzera
delle-dei Dietiste-i

Impressum

Herausgeber

Schweizerischer Verband der Ernährungsberater/innen SVDE ASDD

Stand

Februar 2026

Inhaltsverzeichnis

Wer sind Ernährungsberater/innen SVDE?	4
Was ist der SVDE?	5
Vermittlung von Ernährungs-fachpersonen	6
Auswahl an Fachexpertisen	6
Gesundheitsförderliche Ernährung.....	6
Übergewicht und Adipositas.....	6
Diabetes	6
Vegetarische und vegane Ernährungsformen	7
Ernährung und Sport.....	7
Zöliakie/Glutenunverträglichkeit	7
Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit	7
Essverhaltensstörungen	7
Nachhaltige Ernährungsweisen	8
Nahrungsmittelallergien und -intoleranzen.....	8
Ernährung bei Krebs	8
Kinderernährung	8
Kontakt	9

«Für mehr Klarheit im Ernährungdschungel»

Im Alltag begegnen Klient/innen, Patient/innen und Fachpersonen einer kaum überschaubaren Fülle an Ernährungsinformationen, Trends und widersprüchlichen Empfehlungen. Dieser Ernährungdschungel kann verunsichern und erschweren, was wirklich wichtig ist: eine Orientierung, die auf wissenschaftlichen Grundlagen, individueller Beratung und gesundheitlicher Relevanz basiert. Ernährungsberater/innen SVDE helfen, Klarheit zu schaffen. Ihre Expertise trägt wesentlich dazu bei, den Weg durch die komplexe Ernährungswelt verständlich und zugänglich zu machen.

Am 11. März 2026 steht der Tag der Ernährungsberater/innen im Mittelpunkt – ein Tag, der die wertvolle Arbeit der gesetzlich anerkannten Ernährungsberater/innen in der Schweiz würdigt. Dieser Tag wurde international als „Registered Dietitian Day“ ins Leben gerufen und bietet eine hervorragende Gelegenheit, die Bedeutung der Ernährungsberatung und -therapie sowie die Wichtigkeit des Berufsstands hervorzuheben.

Wer sind Ernährungsberater/innen SVDE?

Ernährungsberater/innen SVDE haben ein abgeschlossenes dreijähriges Studium mit Fachhochschulabschluss (oder einen altrechtlichen Abschluss auf Stufe «höhere Fachschule») in Ernährung und Diätetik. Sie erfüllen die gesetzlichen Anforderungen für die Berufsausübung im Gesundheitswesen und dürfen ihre Leistungen über die obligatorische Krankenpflegeversicherung (OKP) abrechnen, was sie von anderen, nicht anerkannten Ernährungscoaches abgrenzt. Zudem zeichnen sie sich durch regelmässige Fortbildungen aus und orientieren sich an einer verbindlichen Berufsordnung und einem Ethikkodex. Ihre Arbeit basiert auf wissenschaftlichen Erkenntnissen und evidenzbasierten Methoden.

Sie beraten und therapieren Menschen aller Altersgruppen in den verschiedensten Settings und Lebensphasen. Dabei arbeiten sie stets interdisziplinär mit Ärztinnen und Ärzten, Therapeut/innen und weiteren Gesundheitsfachpersonen zusammen.

Ernährungsberater/innen SVDE sind in ganz unterschiedlichen Berufsfeldern aktiv: In Spitälern, in ambulanten Praxen, in Rehabilitationszentren, in der Gesundheitsförderung und Prävention, in der Forschung und Lehre, in öffentlichen Institutionen, in der Pharma- und Lebensmittelindustrie, in der Gemeinschaftsgastronomie, und in weiteren Bereichen. Sie leisten damit einen wichtigen Beitrag zur Prävention, Therapie und langfristigen Gesundheitsförderung der Bevölkerung.

Was ist der SVDE?

Der Schweizerische Verband der Ernährungsberater/innen (SVDE) ist der unabhängige Berufsverband der gesetzlich anerkannten Ernährungsberater/innen der Schweiz. Er vereint in der Schweiz tätige, qualifizierte Ernährungsfachpersonen mit akademischer Grundausbildung und setzt sich konsequent für deren fachliche und berufliche Interessen ein.

Die Berufsbezeichnung «Ernährungsberater/in» ist nicht geschützt, obwohl ihre Aufgaben und Kompetenzen im Gesundheitsberufegesetz (GesBG), das am 1.2.2020 in Kraft getreten ist, gesetzlich klar verankert sind. Dadurch können irreführende Bezeichnungen auftauchen. Aus diesem Grund garantiert der SVDE die rechtliche Konformität gemäss Artikel KVV 50a und hat zu diesem Zweck das geschützte Label «**Ernährungsberater/in SVDE**» geschaffen, das nur von ihren Mitgliedern getragen werden darf. Dieses Label ermöglicht eine bessere Anerkennung bei Ärzt/innen, Arbeitgeber/innen und Verwaltungsbehörden sowie bei Patient/innen.



Vermittlung von Ernährungsfachpersonen

Möchten Sie in Ihrem Medium über Ernährungsthemen berichten? Der SVDE vereint eine grosse Bandbreite an ausgewiesenen Fachpersonen mit vielfältigen Expertisen. Gerne vermitteln wir Ihnen eine passende Interviewpartnerin oder einen passenden Interviewpartner für Ihre Fragen.

Bei Interesse melden Sie sich bitte per E-Mail an unsere Geschäftsstelle:

service@svde-asddd.ch

Auswahl an Fachexpertisen

Im Folgenden sehen Sie eine Auswahl an Fachgebieten mit möglichen, aktuellen Fragestellungen, für die wir Ihnen Fachpersonen für Ihre Berichterstattung vermitteln können.

Gesundheitsförderliche Ernährung

- Kann die richtige Ernährung Entzündungen wirklich stoppen oder ist das nur Wellness-Marketing?
- Welche Supplemente sind sinnvoll – und welche sind rausgeschmissenes Geld?
- Intervallfasten: Was passiert wirklich im Körper, wenn wir 16 Stunden nichts essen?
- Welche Essgewohnheiten verkürzen unser Leben – ohne dass wir es merken?
- Warum bleibt Ernährung in der Medizin oft ein Randthema – trotz grosser Wirkung?

Übergewicht und Adipositas

- Welche Massnahmen helfen nachweislich bei der nachhaltigen Gewichtsreduktion und welche gängigen Diättrends sind eher problematisch?
- Warum sind immer mehr Menschen adipös und welche gesellschaftlichen, psychologischen und biologischen Faktoren spielen dabei eine Rolle?
- Macht Low-Carb wirklich schlank – oder schadet der Trend unserem Körper langfristig?
- Die Abnehmspritze als Wundermittel – gefährlicher Shortcut oder medizinische Revolution?

Diabetes

- Wie erkennen Betroffene frühe Warnsignale von Diabetes und wann sollte man sich abklären lassen?
- Welche verbreiteten Mythen über Diabetes halten sich hartnäckig und was sagt die Wissenschaft dazu?

- Sind Blutzucker-Spikes die unsichtbare Ursache für Heisshunger, Müdigkeit und Gewichtszunahme?

Vegetarische und vegane Ernährungsformen

- Für welche Bevölkerungsgruppen ist eine vegane Ernährung geeignet und wann braucht es besondere Begleitung?
- Welche gesundheitlichen Chancen und möglichen Risiken sind mit vegetarischer und veganer Ernährung verbunden?
- Wie lassen sich pflanzliche Alternativen sinnvoll in den Alltag integrieren, ohne auf stark verarbeitete Produkte zu setzen?
- Wie viel Eiweiss brauchen wir tatsächlich – und woher kann es pflanzlich kommen?
- Wie gesund ist eine vegane Ernährung wirklich?

Ernährung und Sport

- Was sollte man vor, während und nach dem Sport essen und trinken, um Leistung und Regeneration optimal zu unterstützen?
- Wie hoch ist der Proteinbedarf bei sportlich aktiven Menschen wirklich und braucht es dafür Supplemente?
- Sind Nahrungsergänzungsmittel und „Superfoods“ im Sport sinnvoll oder eher Marketing?

Zöliakie/Glutenunverträglichkeit

- Ist der Trend zu glutenfreier Ernährung für gesunde Menschen sinnvoll oder eher problematisch?
- Welche Symptome können auf Zöliakie hinweisen und warum wird die Erkrankung oft spät erkannt?
- Wie gelingt eine strikt glutenfreie Ernährung im Alltag, im Restaurant und auf Reisen?

Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit

- Wie beeinflusst die Ernährung der Mutter die Entwicklung und spätere Gesundheit des Kindes?
- Welche Nährstoffe sind in Schwangerschaft und Stillzeit besonders wichtig und wie lassen sie sich über die Ernährung decken?
- Wie können Schwangere und Stillende mit Übelkeit, Heisshunger oder Appetitlosigkeit gesund umgehen?

Essverhaltensstörungen

- Welche Rolle spielen soziale Medien, Schönheitsideale und gesellschaftlicher Druck bei der Entstehung von Essstörungen?

- Wie unterscheiden sich Magersucht, Bulimie, Binge-Eating und andere Essverhaltensstörungen voneinander?
- Wie können Angehörige und Freundinnen oder Freunde Betroffene unterstützen, ohne zusätzlichen Druck auszuüben?

Nachhaltige Ernährungsweisen

- Wie gross ist der Einfluss unserer Ernährung auf Klima, Umwelt und Ressourcen wirklich?
- Muss man auf Fleisch und tierische Produkte verzichten, um sich nachhaltig zu ernähren?
- Wie können Konsumentinnen und Konsumenten Food Waste vermeiden und bewusster mit Lebensmitteln umgehen?

Nahrungsmittelallergien und -intoleranzen

- Wie zuverlässig sind Selbsttests oder Ausschlussdiäten ohne Fachbegleitung?
- Wie können Betroffene im Restaurant, auf Reisen oder bei Einladungen sicher mit Allergien und Intoleranzen umgehen?
- Welche Symptome deuten auf eine mögliche Unverträglichkeit hin und wann sollte man sie medizinisch abklären lassen?

Ernährung bei Krebs

- Gibt es spezielle „Krebsdiäten“ und was ist von ihnen aus wissenschaftlicher Sicht zu halten?
- Wie können Betroffene mit Appetitlosigkeit, Geschmacksveränderungen oder Übelkeit während der Therapie umgehen?
- Welche Rolle spielt die Ernährung während einer Krebsbehandlung?

Kinderernährung

- Was brauchen Kinder in den verschiedenen Entwicklungsphasen wirklich für ein gesundes Wachstum?
- Wie geht man mit wählerischem Essverhalten („Picky Eating“) oder Essverweigerung um?
- Welche Rolle spielen Zucker, Snacks und stark verarbeitete Lebensmittel in der Kinderernährung?

Dies ist nur eine Auswahl möglicher Themengebiete und Fragen. Für sämtliche Ernährungsfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Kontakt

Für Medienanfragen melden Sie sich bitte per E-Mail an unsere Geschäftsstelle:

SVDE ASDD

Regula Kaufmann

Haus der Verbände

Bollwerk 15

3011 Bern

service@svde-asdd.ch