

Nieuws 7 okt

Cliënten in de praktijk: mannen vs vrouwen

label: Voeding en gedrag

Het symposium Vrouw en Voeding van Alpro dat afgelopen dinsdag in Utrecht plaatsvond, zoomde in op voedingsonderwerpen waarmee vrouwen in verschillende levensfasen te maken krijgen. Op twee mannen na, werd de bijeenkomst bezocht door meer dan honderd vrouwelijke diëtisten. Wat zijn eigenlijk de verschillen tussen mannen en vrouwen in de diëtistenpraktijk? Voeding Nu vroeg het aan enkele diëtisten die aanwezig waren.



Uit cijfers van de [Nederlandse Vereniging van Diëtisten uit 2015](#) blijkt dat 63 procent van de cliënten van een diëtist vrouw is. Uit de bijeenkomst werd duidelijk dat vrouwen met specifieke geslachtsgebonden vragen bij de diëtist komen. Voor sommige problemen is echter niet altijd duidelijk dat ze daarmee ook bij de diëtist terecht kunnen zoals een zwangerschapswens, Polycysteus Ovarium

Syndroom of klachten die te maken hebben met de overgang die bij vrouwen tussen 50 en 65 jaar plaatsvindt.

Aanpak kan directer bij mannen

Een van de bezoekers van de Alpro-bijeenkomst is **Pien Braakhuis van Diëtist op IJburg**. De verhouding tussen mannen en vrouwen die haar praktijk bezoeken is 50:50. Gevraagd naar de verschillen, is er volgens Pien een duidelijk onderscheid tussen mannen en vrouwen en de redenen van hun komst. 'Mannen komen vaak niet uit zichzelf naar mijn praktijk, maar via een verwijzing', merkt ze op. Ze komen bij haar vaak om advies als er sprake is van chronische ziekten zoals diabetes, een te hoog cholesterol of hypertensie. Vrouwen komen vaak wel uit zichzelf naar de diëtist, weet Pien. Ook merkt ze op dat vrouwen vaker emotie-eters zijn dan mannen. De aanpak kan daardoor directer bij mannen dan bij vrouwen, maar dit is dus ook afhankelijk van de behandeling.

Vrouwen emotioneel

Michelle Vrij krijgt meer vrouwen dan mannen in haar praktijk. Volgens de diëtiste, die een praktijk heeft in Beverwijk, 'kun je mannen vaak harder aanpakken dan vrouwen omdat ze over het algemeen niet emotioneel zijn, het is daardoor makkelijker om duidelijk te zijn.' Ze merkt ook dat mannen het advies om te sporten opvolgen. 'Als je hen zegt wat er nodig is om hun doel te bereiken dan zijn ze vaak geneigd dat op te volgen, en zeker als het om sporten gaat. Vrouwen daarentegen hebben een zachte aanpak nodig', aldus Vrij die bevestigt dat de vrouwen in haar praktijk vaak emotioneel zijn. 'Alles moet stap voor stap verteld worden, je moet vooral niet te snel willen gaan.'

Vaak excuses

Sportdiëtist Haydee Sarucco met haar praktijk in Haarlem krijgt iets meer vrouwen dan mannen in haar praktijk. Haydee merkt dat mannen rechter op het doel af gaan en geen problemen zien tijdens het behandeltraject. Vrouwen daarentegen zien vaak wel veel problemen en hebben vaak excuses bij het opvolgen van het advies.

Desalniettemin ziet Haydee geen grote verschillen als het gaat om het bereiken van het behandeldoel, dat is even groot voor mannen en vrouwen. Haar cliënten, zowel de mannen als de vrouwen, komen over het algemeen uit eigen initiatief naar de diëtist.

Sport belangrijker voor mannen

Alexandra Bone, voedings- en gewichtsconsulenten van SlimLife krijgt meer mannen in haar praktijk dan vrouwen. 'Dit is overigens puur toeval', zegt ze. Ze bevestigt net als de andere diëtisten dat mannen en vrouwen een andere motivatie en doelstelling hebben, waarbij de factor emotie een rol speelt. 'Beweging en sport is over het algemeen belangrijker voor mannen dan voor vrouwen. Bij mannen heeft het doel meestal te maken met conditie en beweging waarbij het lichaam een bijzaak is. Voor vrouwen is dit vaak andersom. Vrouwen willen een bepaald figuur bereiken waarbij sport een bijzaak is om het doel te bereiken. Tevens koppelen vrouwen vaak emotie aan het proces, ze denken meer na over waarom ze bepaalde dingen doen. Dit is anders bij mannen, zij zijn vaak rationeler.' Ze merkt op dat het voor mannen al een grote stap is dat ze naar de diëtist zijn gekomen. 'Het kan vaak zo zijn dat ik een man spreek en dat hij pas een paar maanden later cliënt wordt, ze moeten er echt over nadenken en er een besluit over nemen,' aldus Alexandra.

Eerste publicatie door Celène Risseeuw op 7 okt 2019

Laatste update: 7 okt 2019

Vakmedianet. Auteursrecht