

# Orthomoleculair Adviseur Gevorderd

## Studieplan

### Het conceptuele deel

Tijdens de opleiding Orthomoleculair Adviseur Gevorderd gaan we verder op datgene wat is geleerd bij de opleiding Orthomoleculair Adviseur Basis. Je krijgt de verdieping die nodig is om straks als professional aan de slag te kunnen gaan. Waar je in de vorige stap een introductie hebt gekregen in datgene waar de orthomoleculaire voedingsleer voor staat, gaan we je kennis nu nog een heel stuk uitbreiden. Er wordt dieper ingegaan op de macronutriënten, vitamines, mineralen, aminozuren, vetzuren en andere interessante stoffen die zijn betrokken bij voeding en suppletie. Je leert het menselijk lichaam en de onderlinge verhoudingen nog beter begrijpen.

Onze gezondheid is ons belangrijkste bezit en dat is iets waar steeds meer mensen zich bewust(er) van worden. Dit is een positieve verandering, maar vaak ontbreekt het nog aan de kennis over wat nou precies gezond is. We willen wel gezonder worden, maar weten niet goed hoe. En daar is een taak weggelegd voor de orthomoleculaire professional! Als orthomoleculair adviseur kan je mensen coachen naar een gezonde(re) levensstijl. Deze opleiding tot gevorderd adviseur leidt mensen op richting het worden van een professioneel zorgverlener die gedegen adviezen kan geven van voeding en suppletie. Het creëren van een gedegen kennis over het menselijk lichaam, voedingsstoffen, (on)gezonde voedingsmiddelen, orthomoleculaire voedingsstoffen en veelvoorkomende gezondheidsklachten staat hierbij aan de basis. Dit is een belangrijke vervolgstap op de basiskennis, in het kunnen begeleiden bij de gezondheid van mensen.

De opleiding is gericht op (beginnend) zorgprofessionals die reeds over basiskennis in de orthomoleculaire geneeskunde beschikken. De opleiding is toegankelijk voor personen die de opleiding Orthomoleculair Adviseur Basis of vergelijkbaar hebben afgerond. Je moet dus over orthomoleculaire basiskennis beschikken. Deze opleiding vereist een HBO denkniveau. Voor het diploma Complementair Therapeut (een toekomstig diploma waar deze opleiding mogelijk een onderdeel van wordt) is het benodigd om over minimaal een MBO-4 diploma of HAVO diploma te beschikken. Hier wordt naar gevraagd wanneer de aanmelding is ingediend.

### Het contextuele deel

De opleiding wordt momenteel in Hoofddorp, Den Bosch en Apeldoorn gegeven. In Hoofddorp vindt dit plaats in het voor de Ortho Health Foundation ingerichte leslokaal. Dit lokaal is ingericht met twee beamers, een whiteboard, twee anatomische modellen en er zijn oefenmatrassen aanwezig voor praktijksimulaties. De leslokalen zijn in schoolopstelling met twee rijen tafels en stoelen. Indien gewenst kan er zodanig geschoven worden dat er een blokopstelling ontstaat en de studenten in groepsvorm een opdracht kunnen uitvoeren. In het lokaal is er veel daglicht door de aanwezigheid van veel grote ramen en is er een luchtzuiveringssysteem om een optimale werksfeer te creëren.

Bij aanvang van de opleiding ontvangen de studenten het lesmateriaal van de opleiding. Dit bestaat uit een uitgebreide syllabus met een geschreven reader en een uitdraai van de PowerPoint presentaties per lesdag. Eventueel aanvullende bijlagen worden per lesdag nog uitgereikt. Bij het lesmateriaal zit tevens een schrijfblok en pen voor aantekeningen.

De opleiding wordt getoetst middels twee tussentijdse toetsen en een klassikaal eindexamen. De tussentoetsen bestaan uit 20 multiple choice vragen, die gaan over de twee voorgaande lessen. De uitkomst van deze toetsen tellen mee in het eindcijfer.

Het eindexamen bestaat uit 40 multiple choice vragen en zal gaan over alle behandelde onderwerpen. Dit is een schriftelijk examen die wordt opgenomen op locatie waar de opleiding is gevolgd. Voor het examen is maximaal 120 minuten de tijd. Enkel bij het behalen van minimaal een 5,5 en wanneer er is voldaan aan de 80% aanwezigheidsverplichting, wordt het diploma uitgereikt.

	Docent- contacturen	Zelfstudie- uren	Totale studielast
Les 1	8	47	
Les 2	8	52	
Les 3	8	58	
Les 4	8	50	
Les 5	8	55	
Les 6	8	49	
Les 7	8	59	
Les 8	8	55	
<b>Examen</b>	<b>4</b>	<b>160</b>	<b>Totaal: 777</b>

Tabel: overzicht tijdsinvestering student

De kwaliteit van de scholing wordt bewaakt middels diverse methoden. In eerste instantie wordt regelmatig gecontroleerd of het lesmateriaal nog up to date is. De docenten zijn verantwoordelijk voor het toevoegen van nieuwe onderzoeken en bevindingen. De kennis die zij overbrengen aan de studenten wordt gebaseerd op recente vakliteratuur en wetenschappelijke documenten.

Daarnaast wordt kwaliteit bewaakt door het consequent uitzetten van surveys. Na elke scholing wordt een enquête naar de deelnemers uitgestuurd om te bepalen hoe de scholing is ervaren en of dit voldeed aan de verwachting. Op basis van deze feedback kan de scholing worden bijgesteld.

#### Het contentuele deel

De opleiding kent 8 lesdagen en 1 examendag. De volgende onderwerpen zullen uitvoerig aan bod komen:

Lesdag	Lesstof
Lesdag 1	Basis orthomoleculaire voedingsleer, macro- en micronutriënten, zuur-base en doseringen
Lesdag 2	Micronutriënten: vitaminen, mineralen, aminozuren en vetzuren
Lesdag 3	Spijvertering, leverdetoxicatie, maag- en darmstelsel, glutenintolerantie, leaky gut
Lesdag 4	Stress en burn-out, immuunsysteem: eerstelijns, tweedelijns & derdelijns immuunsysteem
Lesdag 5	Energiehuishouding, mitochondriale aandoeningen, bloedsuikerstabilisatie, metabool syndroom, vermoeidheid, schildklier
Lesdag 6	Hormoonstelsel: stresshormonen, schildklier, geslachtshormonen, vruchtbaarheid en zwangerschap, vrouwenklachten
Lesdag 7	Bewegingsapparaat: artrose en osteoporose, huid, haar en nagels, bioritme, slaap
Lesdag 8	Neurotransmitters, Braverman, depressie en angst, praktijkvoering
Examendag	Examen over de behandelde stof

Tijdens de opleiding leer je:

- welke nutriënten het zelfherstellend vermogen van de mens ondersteunen;
- verdere verdieping over vitamines, mineralen, aminozuren en vetzuren;
- wat de werkingsmechanismen van het menselijk lichaam zijn en wat de onderlinge samenhang is tussen deze systemen.

Daarnaast krijg je behandelprincipes aangereikt voor veelvoorkomende aandoeningen en klachten. Denk hierbij aan stress en burn-out, darmklachten, metabole verstoringen, huidproblemen, artrose, osteoporose en overgangsklachten.

## Kerncompetenties

Hieronder worden de 10 algemeen geldende HBO kerncompetenties uitgelegd, die zijn afgestemd op de gevorderde orthomoleculair adviseur.

### 1. Brede professionalisering

De orthomoleculair adviseur heeft het vermogen om problemen, vragen en behoeften van cliënten op het gebied van voeding en gezondheid te analyseren en op basis hiervan een advies opstellen. Hierbij is hij in staat om het zelfstandig uit te voeren van diens taken als beginnend beroepsbeoefenaar.

Hij is communicatief vaardig om persoonlijke gesprekken te voeren met cliënten en respectvol om te gaan met diens situatie, waarmee hij een veilige omgeving creëert voor de cliënt om diens openheid te bevorderen.

### 2. Multidisciplinaire integratie

De orthomoleculair adviseur overlegt met verder gevorderde vakgenoten en is kritisch op eigen handelen. Hij kent zijn grenzen als adviseur en weet wanneer door te verwijzen naar een therapeut.

Hij werkt aan multidisciplinaire integratie van de geleerde lesstof door verbanden te zien en te weten wanneer welke vorm van handelen het meest passend is. De adviseur leert de kennis toe te passen en integreren binnen praktische situaties o.a. op basis van protocollen.

### 3. Toepassing wetenschappelijke inzichten

De orthomoleculair adviseur krijgt een eerste kijk in de natuurgeneeskundige wetenschap. Hij leert dat orthomoleculaire therapie is afgestemd op wetenschappelijke literatuur. De adviseur is in staat de theorie toe te passen op een diversiteit aan casussen en cliënten.

Hij leert inzichten, theorieën en concepten af te stemmen op de persoon, door te oefenen met verschillende materie en casuïstiek.

### 4. Transfer en brede inzetbaarheid

De orthomoleculair adviseur is in staat de kennis, inzichten en vaardigheden toe te passen in diverse beroepssituaties. Hij leert door te oefenen met diverse omstandigheden zijn sterke en zwakke kanten kennen en hierop te anticiperen.

Hij neemt initiatieven om nieuwe cliënten te vinden en zich te positioneren om de continuïteit van de onderneming te waarborgen.

### 5. Creativiteit en complexiteit in handelen

De orthomoleculair adviseur heeft het vermogen om de huidige situatie van cliënten in kaart te brengen en op het gebied van voeding en gezondheid te analyseren. Op basis hiervan kan hij zijn advies opstellen en waar nodig doorverwijzen.

Hij kijkt naar de persoonlijkheid en stemt op basis daarvan zijn handelen af, om tot een passende vorm van communicatie te komen. De adviseur is in staat om verbanden te zien en diverse oplossingen te bedenken. Hierbij is hij in staat om dieper in te gaan op de situatie van de cliënt en een geschikt behandelplan te adviseren.

## 6. Probleemgericht werken

De orthomoleculair adviseur kan interventies ontwikkelen op het gebied van voeding en gezondheid en is in staat de interventie te evalueren. Hij kan een uitgebreid behandelplan opstellen met diverse adviezen in lifestyle en weet deze praktisch toepasbaar te maken voor de cliënt.

Hij weet indien het coachingstraject vastloopt, waar hij creatief kan zijn in het advies om te zorgen dat de doelen gewaarborgd blijven. De hulpverlening gebeurt gericht op de hulpvraag en weet wanneer welk advies en methode geschikt is.

## 7. Methodisch en reflectief denken en handelen

De orthomoleculair adviseur leert dat de orthomoleculaire gezondheidsleer gebaseerd is op wetenschappelijke onderzoeken en weet dat dit afgestemd moet worden op de persoon. Hij weet waar hij relevante informatie kan verzamelen en op basis daarvan zijn plannen afstemmen.

Hij kent zijn eigen rol als adviseur en weet waar zijn sterktes en zwaktes liggen, dus waar er eventueel doorverwezen moet worden.

## 8. Sociaal-communicatieve bekwaamheid

De orthomoleculair adviseur heeft het vermogen om effectief te communiceren met cliënten, studiegenoten en professionals. Hij denkt na voordat hij tot actie overgaat en is zorgvuldig in zijn bewoording om de cliënt gerust te stellen.

Hij staat open voor feedback van studiegenoten en docenten op zijn werkzaamheden en bevindingen, om zijn handelen verder te verbeteren.

## 9. Basiskwalificering voor managementfuncties

De orthomoleculair adviseur kent zijn verantwoordelijkheid als zorgprofessional en is in staat de leiding op zich te nemen. Hij is zich bewust van het belang van het voeren van een deugdelijke administratie en privacyverklaring.

## 10. Besef van maatschappelijke verantwoordelijkheid

De orthomoleculair adviseur is zich bewust van de beroepsethiek van de alternatieve zorgprofessional en past deze professionele houding toe naar de cliënt.