

Abstract NutriDays 2026

GLP-1 2026: Praktische Werkzeuge für eine neue Ära der Ernährung

Dr Jorge Correia

GLP-1-Rezeptoragonisten haben die Behandlung von Stoffwechselerkrankungen grundlegend verändert und sind im Jahr 2026 fest in der klinischen Praxis verankert. Über ihre Effekte auf Körpergewicht und Blutzuckerkontrolle hinaus beeinflussen diese Wirkstoffe auch das Essverhalten, das individuelle Hunger- und Sättigungsempfinden sowie die Erwartungen der Patientinnen und Patienten an die Ernährungsberatung.

Diese Präsentation gibt einen gezielten Überblick über die Wirkmechanismen von GLP-1 und legt den Schwerpunkt darauf, wie GLP-1-basierte Therapien das Ernährungsverhalten modifizieren und die Ansatzpunkte ernährungstherapeutischer Interventionen neu definieren.

Anhand konkreter klinischer Fallbeispiele werden häufig auftretende Fragen aus der Praxis beleuchtet und praxistaugliche Strategien zu deren Beantwortung aufgezeigt. Dazu gehören u. a. die ernährungstherapeutische Begleitung bei Appetitreduktion oder veränderten Essgewohnheiten, der Umgang mit gastrointestinalen Nebenwirkungen im Ernährungsalltag sowie die Prävention potenzieller Ernährungsrisiken wie unzureichender Proteinzufuhr, Mikronährstoffdefiziten oder subtiler Mangelernährung.

Abschliessend lädt diese Intervention zu einer Reflexion über die sich wandelnde Rolle von Ernährungsfachpersonen in dieser „neuen Ära“ ein: Wie lassen sich ein personenzentrierter Ansatz, die Freude am Essen, eine starke therapeutische Allianz und eine wirksame interprofessionelle Zusammenarbeit aufrechterhalten – und gleichzeitig neue therapeutische Entwicklungen kritisch, ethisch und nachhaltig integrieren? Eine Einladung, „Neues auszuprobieren“, ohne die grundlegenden Prinzipien der Ernährungsberatung aus dem Blick zu verlieren.