



Man ist, was man isst

Mit einer **Ernährungsberatung** lässt sich das Angebots-Portfolio im Kosmetikinstitut erweitern. Die Gesundheit des Kunden auf diese Weise ganzheitlich zu unterstützen, kann sehr sinnstiftend und bereichernd sein. Das erfordert Expertise.

Als Kosmetikerin wissen wir, was die Haut gesund und schön erhält. Wir gehen auf die individuellen Bedürfnisse unsere Kunden ein. Die Kosmetikbehandlungen stabilisieren die **Hautgesundheit und schenken den Kunden ein Gefühl von Entspannung** und Wohlbefinden im häufig hektischen Alltag. Dabei helfen professionelle Pflegeprodukte, die, auf Basis einer ausführlichen Anamnese, maßgeschneidert auf das Hautbild der Klienten abgestimmt sind. Das ist unsere tägliche Arbeit: die Kunden zu allen Belangen rund um die Haut intensiv zu beraten und zu behandeln. Die dazugehörige Heimpflege – passend zu der Produktpalette der Behandlungen – unterstützt den Pflegeerfolg des Kunden zu Hause.

Was aber ist, wenn das Ergebnis trotz aller kosmetischen Maßnahmen und der Mitarbeit der Kunden zu Hause nicht so optimal ausfällt, wie Sie es sich wünschen? In diesem Fall sollte der Fokus auf die „**Pflege von innen**“ gelegt werden. „Schönheit kommt von innen“ – der etwas altmodisch wirkende Satz hat durchaus seine Berechtigung. Viele Ernährungswissenschaftler sagen, dass 70 % von innen kommt und 30 % von außen. Das erklärt, warum bei manchen Hautbildern mit kosmetischen Anwendungen nur eine leichte Verbesserung zu verzeichnen ist.

Fakt ist, dass die Haut mit einer **ausgewogenen Ernährung** mit allen notwendigen Nährstoffen versorgt wird, die sie benötigt, um gesund und schön zu sein. Das Thema Skinfood ist in den letzten Jahren sehr zum Trendthema geworden. Ob Nahrungsergänzungsmittel, Shots oder Pulver, die in Getränke oder Smoothies gemischt werden – vieles gilt als angesagt und wird in den Medien zum Must-have erklärt. Nur was davon ist wirklich sinnvoll? Welche Vitamine dürfen auf keinen Fall überdosiert werden? Welche Mineralien sind zur Unterstützung des Bindegewebes wichtig? Es gibt **viele Fragen**, die uns bei einer professionellen Hautberatung interessieren sollten.

Positive Resultate fördern

Mit dem Wissen eines Ernährungsberaters können wir unsere Kunden gezielt beraten und ihnen bei ihren Belangen rund um das Thema Haut und Hautgesundheit wertvolle Tipps geben. Viele Hautbilder, die wir aus der täglichen Praxisarbeit kennen, können **mit den richtigen Ernährungstipps oder auch Nahrungsergänzungsmitteln positiv unterstützt** werden. Ob das die unreine Haut oder Akne-Haut ist, es sich um Rosacea, hormonell bedingte Hauterscheinungen oder Cellulite handelt: Es gibt für alle Hautbilder Mög-

lichkeiten, mit Skinfood von innen zu unterstützen. Auch freie Radikale, Verzuckerung, Mangelerscheinungen oder Entzündungen sind Themen, die wir mit der Zugabe der richtigen Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente **supplementieren** können.

Die Vertrauensbasis ist da

Mit dem **zusätzlichen Standbein** als Ernährungsberaterin können wir unsere Kunden, neben den kosmetischen Behandlungen, auch ganzheitlich und individuell zum Thema Hautgesundheit beraten. Nachdem unsere Kunden bereits Vertrauen aufgebaut haben, sind diese offen für weitere Empfehlungen. Das entsprechende Know-how bedeutet ein **Alleinstellungsmerkmal**.

Ernährungsberatungen können jederzeit online oder in Präsenz angeboten und gut in die tägliche Arbeit in der Kabine integriert werden. Durch **Ernährungs-Infoabende**, z. B. zum Thema Hautunreinheiten, Akne oder reife Haut, können zusätzlich neue Kunden generiert werden. Gerade in Sachen Nahrungsergänzungsmittel oder Healthy Drinks mit Hyaluron oder Kollagen besteht sehr viel Aufklärungsbedarf.

Über Social Media-Kanäle können auch lediglich für die Ernährungsberatung **neue Kunden** gewonnen werden, die sich etwa für Aspekte wie „Ernährung und Haut“, „Hormone und Haut“ oder „Ernährung in der Schwangerschaft“ interessieren. Der Ernährungsbereich ist ein sehr **großes und komplexes Feld**, das in der heutigen Zeit wichtiger denn je ist. Schönheit von innen und außen ist in jedem Fall eine gute Ergänzung zur Arbeit in der Kabine – zukunftsweisend und innovativ.

Bei einer Ausbildung zur ganzheitlichen Ernährungsberaterin für Kosmetikerinnen sollte das Ernährungswissen auf dem aktuell **neuesten Stand** der Wissenschaft gelehrt werden. Wichtig ist, dass es so aufbereitet wird, dass es **praxisnah** und zielführend in die Beratungen im Institut integriert werden kann. Klar, dass neben der Gesundheitsprävention das Thema „Hautgesundheit“ im Fokus steht.

Attraktiv ist, wenn die Ausbildung so konzipiert ist, dass man auch für sich **persönlich einen Mehrwert** hat und sich weiterentwickeln kann. Fachliches Know-how eröffnet im Dschungel der Ernährungstheorien in jedem Fall Klarheit. Thematisiert gehören u. a. Bereiche wie Darmgesundheit, Mikro-/Makro-nährstoffe, Hormone und Design Food. Online-Weiterbildungen können einem die Teilnahme erleichtern, bei denen man sich etwa auch individuell einloggen kann. ■



Carena Zuleger

Die erfahrene Fachkosmetikerin und Visagistin ist Gründerin, Inhaberin und Leiterin der Kosmetikschule beauty connection GmbH mit Standorten in München, Hamburg und Rostock.

> www.beautyconnection.de

Die Haut wieder in Balance bringen

Gerade bei speziellen Hautbildern kann die Heimpflege um zusätzliche Ernährungstipps bereichert werden. Viele Institute führen **Nahrungsergänzungsmittel**, die dann zum Einsatz kommen. Kooperationen mit einem Arzt, der mit einem Blutbild unterstützt, sodass die Nahrungsergänzung auf Basis der Werte gezielt auf den Mangel abgestimmt werden, könnten ein zusätzlicher Mehrwert für die Kunden und auch für unser Geschäft sein. Aber auch ein auf den Hauttyp abgestimmter Tee oder **Smoothie** vor der Behandlung zeigt unsere Kompetenz als ganzheitlich arbeitende Kosmetikerin.

