

Datum: Rijeka, 7. listopada 2020.

Kolegij: DIJETETIKA

Voditelj: dr.sc. Bojan Matijević, prof.v.š.

Katedra: Izaberite jednu od ponuđenih

Studij: Preddiplomski stručni studiji - Sestrinstvo izvanredni

Godina studija: 1

Akadska godina: 2020./2021.

IZVEDBENI NASTAVNI PLAN

Podaci o kolegiju (kratak opis kolegija, opće upute, gdje se i u kojem obliku organizira nastava, potreban pribor, upute o pohađanju i pripremi za nastavu, obveze studenata i sl.):

Kolegij Dijetetika je obvezni kolegij na prvoj godinu Stručnog studija sestrinstva i sastoji se od 30 sati predavanja, 15 sati vježbi i 15 sati seminara, ukupno 60 sati (3 ECTS). Kolegij se izvodi u prostorijama Veleučilišta u Karlovcu.

Cilj kolegija je usvajanje osnovnih znanja iz područja znanosti o prehrani te specifičnosti prehrane bolesnih osoba. Student će kroz kolegij upoznati osnovne sastojke hrane (makronutrijente: ugljikohidrate, masti i proteine; mikronutrijente: mineralne tvari i vitamini), te njihovu zastupljenost u pojedinim namirnicama. Osim toga, student će upoznati i potrebe organizma za vodom, energijom i pojedinim nutrijentima, te metode kojima može procijeniti nutritivan i energetski status. Kroz kolegij student će se upoznati s načinom funkcioniranja probavnog sustava, probavom i apsorpcijom hrane te biokemijskim putevima razgradnje i pretvorbe osnovnih sastojaka hrane. Posebna naglasak stavlja se na specifičnost prehrane osoba u različitim životnim periodima i zdravstvenom stanju. Studenti se upoznaju s prehranom kao javno-zdravstvenim problemom, posljedicama nedovoljnog ili nepravilnog unosa hrane. Također, studenti se upoznaju i s pojmom zdravstvene ispravnosti hrane, štetnim tvarima i mikroorganizmima prisutnim u hrani kao ugrozom za ljudsko zdravlje te kvarenjem hrane i zaštitom od kvarenja. Student će usvojiti znanje kojim će moći prepoznati bolesnika u nutritivnom riziku i razumjeti ulogu medicinske sestre u promicanju temeljnih odrednica pravilne prehrane s ciljem prevencije, potpore ili liječenja pojedinih bolesnih stanja.

Popis obvezne ispitne literature:

Štimac, D., Krznarić, Ž., Vranešić Bender, D., Obrovac Glišić, M. (2014): Dijetoterapija i klinička prehrana, Medicinska naklada, Zagreb.

Živković, R. (2002): Dijetetika, Medicinska naklada, Zagreb.

Mandić, M.L. (2014): Dijetoterapija, Prehrambeno-tehnološki fakultet, Sveučilište u Osijeku, Osijek.

Popis dopunske literature:

Ferraro, K., Winter, C. (2014): Diet Therapy in Advanced Practice Nursing: Nutrition Prescriptions for Improved Patient Outcomes, McGraw-Hill Education, New York.

Winterfeldt, E.A., Bogle, M.L., Ebro, L.L. (2018): Nutrition and Dietetics: Practice and Future Trends (4th ed.), Jones & Bartlett Learning, Burlington.

Dudek, S.G. (2014): Nutrition Essentials for Nursing Practice (7th ed.), Wolters Kluwer Health and Lippincott Williams & Wilkins, Philadelphia.

Nastavni plan:

Popis predavanja (s naslovima i pojašnjenjem):

1. Uvod u dijetetiku, povijest i suvremeni osvrt na znanost o prehrani

Ishodi učenja:

Upoznati značaj prehrane u prevenciji i liječenju bolesti

Usvojiti znanje o povijesnom razvoju nutricionizma

Usvojiti znanje o suvremenim prehrambenim trendovima

Upoznati pojam nutrigenomike

2. Osnovni principi pravilne prehrane, pravilna prehrana u svijetu i kod nas te potrebe organizma za energijom i zaštitnim tvarima

Ishodi učenja:

Upoznati osnovne sastojke hrane (mikro- i makronutrijenti)

Upoznati bioaktivne sastojke hrane

Objasniti potrebe organizma za hranjivim sastojcima

Objasniti energetske potrebe organizma

Objasniti pojam pravilne prehrane

Prepoznati specifičnosti pravilne prehrane

3. Uloga vode u organizmu

Ishodi učenja:

Prepoznati značaj vode za organizam

Procijeniti dnevnu potrebu organizma za vodom

Objasniti metode za procjenu hidriranosti organizma

4. Digestija, apsorpcija i metabolizam ugljikohidrata, masti, proteina i mineralnih tvari

Ishodi učenja:

Objasniti funkcioniranje probavnog sustava

Objasniti apsorpciju pojedinih sastojaka hrane

Objasniti biokemijske puteve razgradnje ugljikohidrata

Objasniti biokemijske puteve razgradnje proteina

Objasniti biokemijske puteve razgradnje masti

5. Sastav namirnica i planiranje jelovnika

Ishodi učenja:

Procijeniti dnevne potrebe organizma za ugljikohidratima

Procijeniti dnevne potrebe organizma za mastima

Procijeniti dnevne potrebe organizma za proteinima

Procijeniti unos ugljikohidrata, masti i proteina u pojedinom obroku

6. Prehrana s obzirom na životnu dob, kategorije i zdravstveno stanje

Ishodi učenja:

Objasniti specifičnosti prehrane tijekom trudnoće

Objasniti specifičnosti prehrane u vrijeme dojenja

Objasniti specifičnosti prehrane dojenčadi

Objasniti specifičnosti prehrane djece i adolescenata

Objasniti prehrambene potrebe osoba starije dobi

Objasniti specifičnosti prehrane operiranog i teško iscrpljenog bolesnika

Objasniti specifičnosti prehrane bolesti želuca i dvanaesnika

Objasniti specifičnosti prehrane kod bolesti crijeva

Objasniti specifičnosti prehrane kod bolesti žučnog mjehura i žučnih puteva

Objasniti specifičnosti prehrane kod bolesti gušterače

Objasniti specifičnosti prehrane kod bolesti jetre i bubrega

Objasniti specifičnosti prehrane bolesti krvožilnog sustava

Objasniti specifičnosti prehrane kod šećerne bolesti, celijakije, psorijaze i alergije na hranu

Objasniti specifičnosti prehrane kod oboljelih od karcinoma

7. Javnozdravstveni aspekti prehranbenih poremećaja, prehranbeni deficiti te bolesti uzrokovane nedovoljnom i nepravilnom prehranom

Ishodi učenja:

Upoznati pretilost kao javno-zdravstveni problem uzrokovan nepravilnom prehranom

Upoznati pothranjenost kao javno-zdravstveni problem

Upoznati anoreksiju i bulimiju kao prehranbene poremećaje

8. Metode ocjene stanja uhranjenosti

Ishodi učenja:

Prepoznati značaj procjene stanja uhranjenosti

Razlikovati indirektne metode za ocjenu stanja uhranjenosti

Razlikovati direktne metode za ocjenu stanja uhranjenosti

9. Mjere za ocjenu i unapređenje prehrane

Ishodi učenja:

Upoznati piramidu pravilne prehrane

Upoznati piramidu svoje prehrane

Upoznati novi pristup planiranju prehrane

10. Bioaktivni sastojci hrane i zdravstvene tvrdnje

Ishodi učenja:

Upoznati biološki aktivne tvari iz hrane sa zdravstvenim učinkom

Upoznati mikroorganizme s terapijskim učinkom (probiotici)

Objasniti mehanizam djelovanja terapijskih mikroorganizama

Upoznati klinički dokazane zdravstvene tvrdnje za pojedini sastojak hrane

11. Zdravstvena ispravnost hrane

Ishodi učenja:

Objasniti pojam zdravstvene ispravnosti hrane

Prepoznati kemijski štetne tvari u hrani opasne po zdravlje
 Prepoznati patogene mikroorganizme prisutne u hrani
 Prepoznati uzročnike kvarenja hrane
 Objasniti metode uklanjanja mikroorganizama i čuvanja hrane
 Upoznati sustav osiguranja kvalitete hrane HCCP

Popis seminara s pojašnjenjem:

Seminarima proširiti znanje iz specifičnih područja:

- 1. Dijetoterapija kod oboljenja probavnog sustava**
- 2. Poremećaji nutritivnog statusa kao posljedica bolesti crijeva i dijetoterapija**
- 3. Objasniti specifičnosti prehrane ove skupine bolesnika.**
- 4. Opstipacija i konstipacija: prevencija**
- 5. Enteralna i parenteralna prehrana**
- 6. Dijetoterapija arterijske hipertenzije**
- 7. Dijetoterapija bubrežnih bolesti**
- 8. Dijetoterapija jetrenih bolesti te bolesti žučnog mjehura i žučnih vodova**

Popis vježbi s pojašnjenjem:

1. Dnevne energetske potrebe organizma

Ishodi učenja:

Procijeniti dnevnu potrebu organizma za unosom energije

2. Dnevna potreba organizma za vodom, ugljikohidratima, proteinima i mastima

Ishodi učenja:

Procijeniti dnevnu potrebu organizma za unosom vode, ugljikohidrata, proteina i masti

3. Energetske vrijednosti obroka

Ishodi učenja:

Procijeniti energiju koju sadržava pojedini obrok te unesenu količinu ugljikohidrata, masti i proteina

4. Planiranje obroka prema dobnim skupinama

Ishodi učenja:

Izraditi plan obroka za određenu dobnu skupinu

5. Određivanje stanja uhranjenosti organizma

Ishodi učenja:

Procijeniti stanje uhranjenosti provođenjem intervjuja

Procijeniti stanje uhranjenosti prema indeksu tjelesne mase

Procijeniti stanje uhranjenosti mjerenjem kožnog nabora i opsega mišića

Procijeniti stanje uhranjenosti organizma mjerenje opsega struka

Procijeniti stanje uhranjenosti mjerenje električne impendence tijela

Obveze studenata:

Kolegij nema uvjeta za upis. Student je obavezan pohađati nastavu prema Pravilniku o studiranju i aktivno sudjelovati u svim oblicima nastave. Prisutnost studenata na predavanjima, seminarima i vježbama evidentira se potpisnom listom.

Ispit (način polaganja ispita, opis pisanog/usmenog/praktičnog dijela ispita, način bodovanja, kriterij ocjenjivanja):

ECTS bodovni sustav ocjenjivanja:

Ocjenjivanje studenata provodi se prema važećem **Pravilniku o studijima Sveučilišta u Rijeci**, odnosno Odluci o izmjenama i dopunama **Pravilniku o studijima Sveučilišta u Rijeci** te Odluci Fakultetskog vijeća Fakulteta zdravstvenih studija usvojenoj na sjednici održanoj 14. lipnja 2018. Nazočnost na predavanjima i seminarima je obavezna, a student može izostati s **50% nastave isključivo zbog zdravstvenih razloga** što opravdava liječničkom ispričnicom.

Ukoliko student opravdano ili neopravdano izostane s **više od 50% nastave** ne može nastaviti praćenje kolegija te gubi mogućnost izlaska na završni ispit.

Student je obavezan pohađati vježbe redovito prema izrađenom rasporedu i biti aktivno uključen u njihovo izvođenje. Izmjene u rasporedu ili zamjene vježbovnih skupina nisu dozvoljene bez suglasnosti **voditelja predmeta**. Izostanak s vježbi dozvoljen je **isključivo zbog zdravstvenih razloga** što se opravdava liječničkom ispričnicom, a nadoknada vježbi je obavezna bez obzira da li se radi o opravdanom ili neopravdanom izostanku i broju sati izostanka. Nadoknada je moguća isključivo uz prethodni dogovor s voditeljem predmeta. **U koliko vježbe nisu odrađene 100% planirane satnice** student će biti ocijenjen ocjenom nedovoljan (1) i gubi mogućnost izlaska na završni ispit do odrade vježbi u cijelosti.

Rad studenata vrednovat će se na završnom ispitu na kojem studen može ostvariti 100 ocjenskih bodova. Ispitni prag na završnom ispitu ne može biti manji od 60 % uspješno riješenih ispitnih pitanja.

Ocjenjivanje studenata provodi se primjenom ECTS (A-F) i brojanog sustava (1-5). Ocjenjivanje u ECTS sustavu izvodi se **apsolutnom raspodjelom**, te prema **stručnim kriterijima ocjenjivanja**. Završni ispit sastoji se od pismenog i usmenog dijela.

Na završnom ispitu vrednuje se (maksimalno 100 % ocjenskih bodova):

- a) pismeni ispit (do 50 % ocjenskih bodova)
- b) usmeni ispit (do 50 % ocjenskih bodova)

Konačna ocjena je postotak usvojenog znanja, vještina i kompetencija kroz nastavu i završni ispit odnosno donosi se na temelju zbroja svih ocjenskih bodova ECTS sustava prema kriteriju:

A = 90 - 100% ocjenskih bodova

B = 75 - 89,9%

C = 60 - 74,9%

D = 50 - 59,9%

F = 0 - 49,9%

Ocjene u ECTS sustavu prevode se u brojčani sustav na sljedeći način:

A = izvrstan (5)

B = vrlo dobar (4)

C = dobar (3)

D = dovoljan (2)

F = nedovoljan (1)

VAŽNA OBAVIJEST

U slučaju odbijanja ocjene studenti/ice dužni su pokrenuti postupak predviđen čl. 46. Pravilnika o studijima Sveučilišta u Rijeci.

Mogućnost izvođenja nastave na stranom jeziku:

Kolegij se može izvoditi na stranom jeziku.

Ostale napomene (vezane uz kolegij) važne za studente:

O većoj nemogućnosti pohađanja nastave student je obavezna obavijestiti nositelja kolegija te u dogovoru nositeljem kolegija organizira se nadoknada nastave (kroz seminarski rad ukoliko se ne radi o velikom izostanku). Prisutnost studenta na predavanjima, seminarima i vježbama prati se evidencijom na potpisnu listu.

SATNICA IZVOĐENJA NASTAVE (za akademsku 2020./2021. godinu)

Raspored nastave

Datum	Predavanja (vrijeme i mjesto)	Seminari (vrijeme i mjesto)	Vježbe (vrijeme i mjesto)	Nastavnik
-------	----------------------------------	--------------------------------	------------------------------	-----------

30.11.2021.	P1-6 (9.00 - 14.00 i 15.00 – 19.00 sati)			Dr.sc. Bojan Matijević, prof.v.š.
01.12.2021.	P6-8 (9.00 – 14.00 i 15.00 – 19.00 sati)			Dr.sc. Bojan Matijević, prof.v.š.
02.12.2021.	P9-11 (9.00 – 14.00 sati)			Dr.sc. Bojan Matijević, prof.v.š.

Popis predavanja, seminara i vježbi:

P	PREDAVANJA (tema predavanja)	Broj sati nastave	Mjesto održavanja
P1	Uvod u dijetetiku, povijest i suvremeni osvrt na znanost o prehrani	2	Karlovac
P2	Osnovni principi pravilne prehrane, pravilna prehrana u svijetu i kod nas te potrebe organizma za energijom i zaštitnim tvarima	2	Karlovac
P3	Uloga vode u organizmu	1	Karlovac
P4	Digestija, apsorpcija i metabolizam ugljikohidrata, masti, proteina i mineralnih tvari	2	Karlovac
P5	Sastav namirnica i planiranje jelovnika	2	Karlovac
P6	Prehrana s obzirom na životnu dob, kategorije i zdravstveno stanje	11	Karlovac
P7	Javnozdravstveni aspekti prehrambenih poremećaja, prehrambeni deficiti te bolesti uzrokovane nedovoljnom i nepravilnom prehranom	2	Karlovac
P8	Metode ocjene stanja uhranjenosti	2	Karlovac
P9	Mjere za ocjenu i unapređenje prehrane	2	Karlovac
P10	Bioaktivni sastojci hrane i zdravstvene tvrdnje	2	Karlovac
P11	Zdravstvena ispravnost hrane	2	Karlovac
	Ukupan broj sati predavanja	30	

S	SEMINARI (tema seminara)	Broj sati nastave	Mjesto održavanja
	Ukupan broj sati seminara		

V	VJEŽBE (tema vježbe)	Broj sati nastave	Mjesto održavanja
	Ukupan broj sati vježbi		

	ISPITNI TERMINI (završni ispit)
1.	11.01.2021. u 15.00 sati
2.	08.02.2021. u 15.00 sati
3.	08.03 2021. u 08.00 sati
4.	12.04.2021. u 08.00 sati