



План рада

Назив предмета	Исхрана и дијететика				
Студијски програм/и (модул)	Здравствена нега				
Година студија	III	Семестар	V	ЕСПБ	7
Статус предмета	изборни		Услов	нема	

Подаци о наставницима и сарадницима на предмету	
Име и презиме, академско звање, термин консултација, електронска адреса	Доктор медицине, специјалиста неурологије, Жељко Каргановић Предавач Консултације уторком од 12-14 сати zkarganovic@gmail.com
Име и презиме, академско звање, термин консултација, електронска адреса	

Циљеви предмета
Упознавање студента са значајем који правилна исхрана и нутритивна терапија има у очувању и унапређењу здравља, као и улози макро и микронутријената у организму.

Садржај и структура предмета
<i>Теоријска настава</i> Увод у исхрану, препоруке у исхрани и њихова примена. Варење хране и апсорпција. Макронутријенти: масти, угљени хидрати и беланчевине (улоге у организму, дневне потребе, извори, последице недовољног и прекомерног уноса). Липосолубилни и хидросолубилни витамини (улоге у организму, дневне потребе, извори). Минералне супстанце (улоге у организму, дневне потребе, извори, последице недовољног и прекомерног уноса). Вода и моновалентни електролити. Увод у дијететику и медицинску нутритивну терапију (МНТ). МНТ код дефицита макронутријената (беланчевине, масти и угљени хидрати). МНТ код нутритивне анемије, рахитиса. МНТ код скорбута, пелагре, атиаминозе. МНТ код авитаминозе А. МНТ за гојазност, поремећаје у исхрани (анорексија, булимија). МНТ код болести усне дупље, ждрела и једњака, желуца. МНТ за опстипацију, дијареални синдром и

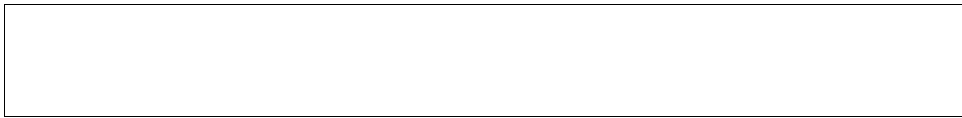
диспепсије. МНТ код болести танког црева. МНТкод болести дебелог црева. МНТ код болести јетре и жучне кесе. МНТ код болести панкреаса.

Вежбе:

Процена енергетских потреба; процена енергетских потреба у специфичним активностима. Израчунавање биолошке и енергетске вредности намирница и пића. Састављање дијета. Основне карактеристике нутријенаса.

План и распоред извођења наставе	
Наставна недеља	НАЗИВ НАСТАВНЕ ЈЕДИНИЦЕ
Предавања	
1	Анатомија и физиологија ГИТ-а.
2	Макронутријенти:масти, угљени хидрати, протеини.Класификација, улога, метаболизам, извори
3	Витамини растворљиви у мастима (А, Д, Е, К). Улога, метаболизам, извори
4	Витамини растворљиви у води(Б-комплекс, Ц). Улога, метаболизам, извори
5	Минерална материје: калцијум, фосфор, магнезијум. Улога, метаболизам, извори. Физиолошка улога воде
6	Минералне материје: натријум, калијум, хлор. Елементи у траговима: гвожђе, јод, селен, бакар. Улога, метаболизам, извори
7	Намирнице животињског порекла(подела, састав, храњива вредност, епидемиолошки значај)
8	Намирнице биљног порекла(подела, састав, храњива вредност, епидемиолошки значај). Напици. Алкохол. Концепт функционалне хране
9	Исхрана: одојчади, адоецената
10	Исхрана: трудница и дојиља
11	Исхрана: старих особа, радника и спортиста
12	Алергија на храну. Интолеранција на храну.
13	Исхрана интернистичких болесника (ДМ, Ulcus duodeni, M.Chron...)
14	Исхрана пацијената оболелих од малигних болести
15	Ентерална и парентерална исхрана
Вежбе	
1	Дијететска испитивања ухрањености
2	Анкета исхране
3	Биохемијска испитивања
4	Функционална испитивања
5	Антропометријска испитивања
6	Клиничка испитивања
7	Основни принципи правилне исхране
8	Утврђивање енергетских потреба
9	Планирање дневних потреба за здраве особе
10	Семинар
11	Планирање дневног оброка у ПУ
12	Типови болничких дијета
13	Исхрана пацијената оболелих од целијачне болести
14	Планирање исхране за оболеле од ДМ
15	Планирање исхране за ГИТ болести

Начин оцењивања – структура и број поена на предиспитним обавезама и испиту			
Оцена знања (максимални број поена 100)			
Предиспитне обавезе	поена	Завршни испит	поена
активност у току предавања	5	писмени испит	20
активност на вежбама	5	усмени испит	30
колоквијум-и	20		
семинарски рад	20		



Литература

1. Новаковић Б, Мирсављев М. Хигијена исхране. Медицински факултет, Нови Сад 2002.
2. Коцијанчић Р, гл. уредник. Хигијена. Завод за уџбенике и наставна средства. Београд 2002.
3. Васиљевић Н, гл. уредник. Практикум из хигијене и медицинске екологије за студенте медицине. Медицински факултет, Београд 2010.
4. Сузић С, Митровић Д, Ђурић Д. Практикум за медицинску физиологију са радном свеском II део (IV семестар). Медицински факултет универзитета у Београду. Београд 2008.

Таблице састава намирница