

АНОТАЦІЯ

Вибіркової навчальної дисципліни: «Основи нутриціології та дієтології»

Шифр та найменування галузі знань: 22 Охорона здоров'я
Код та найменування спеціальності: 223 Медсестринство
Освітньо- професійна програма: Сестринська справа, Лікувальна справа
Освітньо- професійний ступінь: фаховий молодший бакалавр
Кількість кредитів ЄКТС – 3
Викладач: Коріненко Ю.В., викладач першої категорії
Загальна кількість годин: 90
Лекції: 10
Практичні заняття: 30
Самостійна робота: 50
Курс та семестр: III курс 5-й семестр
Форма підсумкового контролю: диференційований залік

В останні роки у всіх країнах світу спостерігається зростання зацікавленості до питань харчування. Це обумовлено широкою розповсюдженістю хвороб порушеного обміну речовин, які набули характеру епідемій, – це метаболічний синдром, ожиріння, цукровий діабет II типу та інші. Хворі зі вказаними захворюваннями можуть звертатись до медичних працівників. Відомо, що в останні роки важливе значення має індивідуальний підхід до призначення харчування. Вказаний принцип лежить в основі розробки раціонів харчування при різноманітних захворюваннях

Мета викладання навчальної дисципліни: сформувати у студентів вміння і навички з організації системи харчування здорової та хворої людини на різних вікових етапах шляхом застосування сучасних наукових положень нутриціології та з організації харчування в лікувально-профілактичних, оздоровчих і навчальних установах, а також методів профілактики за допомогою спеціально підібраної дієти. Завдання курсу: Теоретичні: - знати основи фізіології та біохімії харчування, раціонального харчування різних вікових та професійних груп населення; - обґрунтовувати принципи профілактики харчових отруєнь, гострих кишкових інфекцій та захворювань аліментарного походження; - з'ясувати актуальні проблеми сучасних напрямів в фізіології харчування та встановити їх зв'язок зі здоров'ям та працездатністю населення; Практичні: - вміти розраховувати фізіологічної потреби організму в харчових та біологічно активних речовинах; - надавати обґрунтування енергетичної цінності та нутрієнтного складу раціону харчування; - виявляти статус харчування організму та його порушень; - вміти розробляти практичні рекомендації щодо організації раціонального харчування різних груп населення; - оцінювати харчові продукти за гігієнічними показниками, результатами бактеріологічного та токсикологічного дослідження й формулювання висновку щодо їх якості та відповідності стандартам; - встановлювати зв'язок з навчальними предметами

біологічного напрямку загальноосвітніх навчальних закладів - володіти методикою проведення просвітницької та консультативної роботи серед населення з питань первинної та вторинної аліментарної профілактики захворювань; - пропагувати гігієнічні знання серед населення в галузі раціонального харчування

Результати навчання:

Знати: понятійний апарат дієтології, сучасне визначення основних та додаткових нутрієнтів їжі, дієтологічне забезпечення спортивної діяльності, основи взаємодії та координації регуляторних механізмів і систем, заходи професійної дієтологічної допомоги.

Вміти: оцінювати харчовий статус людини відповідно до специфіки професійної діяльності, використовувати дієтологічні методи для ранньої діагностики донозологічних станів і розладів, формувати комплекс дієтологічних заходів з метою складання колективних та індивідуальних раціонів, проводити професійний аналіз харчування людини, робити висновки про рівень забезпечення організму людини нутрієнтами та енергією. володіти: навичками комплексного дослідження харчового статусу людини. здатен продемонструвати: знання з предмету.

Передумовами вивчення навчальної дисципліни «Основи нутріціології та дієтології» є опанування таких навчальних дисциплін (НД) освітньої програми (ОП):

ОК05 Філософія

ОК 06 Фізичне виховання

ОК 07 Латинська мова і медична термінологія

ОК 09 Медична біологія

ОК 10 Медична хімія

ОК 11 Анатомія та фізіологія людини

ОК 12 Патоморфологія та патофізіологія

ОК 17 Основи медсестринства та медична маніпуляційна техніка

Необхідні обов'язкові попередні та супутні дисципліни: «Фізіологія органів травлення та обміну речовин», «Метаболізм та зміни системи крові в умовах рухової активності».

Зміст дисципліни: Дієтологія та нутріціологія як наука, історія розвитку. Предмет і задачі нутріціології. Поняття про раціональне харчування. Роль основних нутрієнтів у харчуванні. Роль вітамінів та мінералів у харчуванні людини. Основи складання раціонів харчування, Поняття про раціон харчування. Вага і склад тіла. Визначення потреб організму в енергії. Оцінювання раціону харчування. Складання харчового раціону. Види навчальних занять: лекція, практичне, консультація. Форми навчання: денна, заочна.

Методи навчання: словесний, пояснювально-демонстраційний, репродуктивний, дослідницький, метод проблемного викладання.

Методи контролю: усний (виступи на практичних заняттях), усне опитування, письмовий (вправи, завдання), тестовий.

Мова навчання: українська.

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література

1. Дієтологія: підручник / Н.В.Харченко, Г.А. Анохіна та ін. Київ – К-д: Вид-во «Меридіан», 2012. 528 с.
2. Методичні рекомендації до проведення практичних занять з дисципліни «Основи раціонального харчування» / укладачі: В.В. Брич, І.С. Миронюк, М.М. Дуб; Ужгород, 2020. 94 с.
3. Основи харчування: підручник / М.І. Кручаниця, І.С. Миронюк, Н.В. Розумикова, В.В. Кручаниця, В.В. Брич, В.П. Кіш. Ужгород: Вид-во УжНУ «Говерла», 2019. 252 с.
4. Основи раціонального та оздоровчого харчування: навчальний посібник / О.І. Міхеєнко. Суми: Університетська книга, 2017. 189 с.
5. Наказ МОЗ України від 03.09.2017 №1073 "Про затвердження Норм фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах і енергії"

Допоміжна література

1. Зубар Н. М. Основи фізіології та гігієни харчування: Підручник. К.: Центр учбової літератури, 2010. 336 с.
2. Основи фізіології та гігієни харчування: підручник / Н.В. Дуденко, Л.Ф. Павлоцька, В.С. Артеменко та ін. Суми: Університетська книга, 2017. 558 с.
3. Фізіологія харчування: підручник / Л.Ф. Павлоцька, Н.В. Дуденко, Є.Я. Левітін та ін. Суми: Університетська книга, 2017. 473 с.
4. Robertson A., Tirado C., Lobstein T. et al. Food and health in Europe: a new basis for action // WHO, 2002. 385 p.

Інформаційні ресурси в мережі Інтернет

1. Лекційний курс з дисципліни «Основи раціонального харчування» (сайт електронного навчання ДВНЗ «УжНУ»: e-learn.uzhnu.edu.ua).
2. Робоча програма дисципліни «Основи раціонального харчування» (сайт електронного навчання ДВНЗ «УжНУ»: e-learn.uzhnu.edu.ua).
3. Презентації до тем дисципліни «Основи раціонального харчування» (сайт електронного навчання ДВНЗ «УжНУ»: e-learn.uzhnu.edu.ua).
4. Сайт «Здорове харчування»: <http://medfond.com/>.
5. МОЗ України рекомендує: <http://moz.gov.ua/article/news/moz-ukraini-predstavilo-rekomendaciizdorovogo-harchuvannja>.
6. Сайт асоціації дієтологів України: <http://uda.in.ua/>.
7. Тарілка здорового харчування - МОЗ України: <http://moz.gov.ua/article/health/porivnjajte-svojuizhu-z-%C2%ABtarilkoju-zdorovogo-harchuvannja%C2%BB>