

OPĆE INFORMACIJE		
Naziv predmeta	Dijetologija 2	
Nositelj predmeta	Izv. prof. dr. sc. Ines Bilić-Ćurčić, dr. med.	
Suradnici	Prof. dr. sc. Martina Smolić, dr. med. Farah Khaznadar, mag. pharm.	
Studijski program	Integrirani preddiplomski i diplomski sveučilišni studij Medicina na njemačkom jeziku	
Status predmeta	Izborni	
Godina, semestar	2. godina, 4. semestar	
Bodovna vrijednost i način izvođenja nastave	ECTS koeficijent opterećenja studenata	1
	Broj sati (P+S+V)	15 (5+10+0)
OPIS PREDMETA		
Ciljevi predmeta		
<p>Principi i studije prehrambene epidemiologije. Metode procjene prehrane koje se koriste u epidemiološkim studijama, te povezanost neodgovarajućeg unosa namirnica i hranjivih tvari s bolestima i poremećajima kod ljudi. Odabir funkcionalne hrane i funkcionalnih sastojaka na zdravlje pojedinca i društva u cjelini. Značaj funkcionalnih proizvoda, kao i kritičan stav o potrošnji dodataka prehrani. Utjecaj različitih životnih navika te okoliša na zdravlje pojedinca i populacije kao i s njihovom ulogom u nastanku velikog broja kroničnih nezaraznih bolesti kao vodećeg uzroka morbiditeta i mortaliteta u Hrvatskoj i svijetu. Stjecanje znanja potrebnih za promatranje zdravlja pojedinca i populacije u ovisnosti o ukupnosti utjecaja okolišnih čimbenika i životnih navika s osobitim naglaskom na čimbenike najznačajnije za hrvatsku populaciju. Multidisciplinarni pristup problemu životnih navika i zdravlja sa svrhom očuvanja i unapređenja zdravlja populacije. Spoznaje o važnosti makro i mikronutrijenata u prehrani sportaša.</p>		
Uvjeti za upis predmeta		
Nema uvjeta.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi		
1.1., 2.1., 3.1., 3.2., 3.3., 3.5., 4.1., 4.2.		
Očekivani ishodi učenja za predmet		
Znanje		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Studenti će biti osposobljeni za provedbu različitih metoda za procjenu prehrane koje se upotrebljavaju u epidemiološkim studijama 2. Znanje o ulozi pojedinih funkcionalnih komponenti, kao i hrane koja ih sadrži 3. Temeljna znanja o utvrđivanju i procjeni rizika štetnih po zdravlje koji proizlaze iz životnih navika i neposrednog životnog okoliša pojedinca 4. Specifičnosti prehrambenih potreba osoba koje se bave različitim tipovima sportova 		
Vještine		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Procjena stanja uhranjenosti i prehrambenog statusa različitih dobnih skupina 2. Kreiranje preventivskih programa kroničnih nezaraznih bolesti 3. Planiranje prehrane sportaša koji se bave odabranim sportom 		

Sadržaj predmeta

1. Principi prehrane epidemiologije; Studije u prehranbenoj epidemiologiji; Unos namirnica i hranjivih tvari i njihova povezanost s bolestima; (P)
2. Metode procjene prehrane (24-satno prisjećanje, metode bilježenja prehrane, metode učestalosti prehrane, metoda povijesti prehrane, metoda duplikata dnevnih obroka, prisjećanje davne prehrane); Reproducibilnost i valjanost metoda (upitnik učestalosti namirnica); Nadomjesni izvori prehranbenih informacija (S)
3. Funkcionalna hrana i zdravlje (probavni trakt, bolesti srca i krvnih žila, karcinom, akutne infekcije), Funkcionalni sastojci (antioksidantni vitamini i minerali, prehranbena vlakna, masne kiseline, fitosteroli, inulin, i dr)(P)
4. Pregled i uloga odabranih dodataka prehrani (S)
5. Utjecaj životnih navika na pojavnost i prognozu bolesti respiracijskog sustava. Utjecaj životnih navika na pojavnost i prognozu bolesti kardiovaskularnog sustava. Utjecaj životnih navika na pojavnost i razvoj šećerne bolesti tipa II. Utjecaj životnih navika na pojavnost i razvoj zloćudnih bolesti. (P)
6. Mogućnosti prevencije kroničnih nezaraznih bolesti mijenjanjem životnih navika i neposrednog životnog okoliša. (S)
7. Osnovni principi prehrane sportaša. Energetske potrebe sportaša (P)
8. Unos ugljikohidrata: pravilan odabir vremena konzumacije i tipa ugljikohidrata s obzirom na vrstu sporta. Utjecaj treninga na potrebe za proteinima. Značenje masti kao izvora energije. Minerali i vitamini u prehrani sportaša. Tekućina - dehidracija i rehidracija. Tekućina - gubitak i nadoknada elektrolita. Suplementi u prehrani sportaša. Prehranbene navike sportaša.(S)

Vrste izvođenja nastave	<input checked="" type="checkbox"/> predavanja	<input type="checkbox"/> samostalni zadaci
	<input checked="" type="checkbox"/> seminari i radionice	<input type="checkbox"/> multimedija i mreža
	<input type="checkbox"/> vježbe	<input type="checkbox"/> laboratorij
	<input type="checkbox"/> obrazovanje na daljinu	<input type="checkbox"/> mentorski rad
	<input type="checkbox"/> terenska nastava	<input type="checkbox"/> ostalo

Obveze studenata

Redovito pohađanje svih predavanja i vježbi. Aktivno pripremanje i sudjelovanje u vježbama.

Praćenje rada studenata

Pohađanje nastave	x	Aktivnost u nastavi	x	Seminarski rad		Eksperimentalni rad	
Pismeni ispit	x	Usmeni ispit		Esej		Istraživanje	
Projekt		Kontinuirana provjera znanja		Referat		Praktični rad	x
Portfolio							

Ocjenjivanje i vrednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu

Nastavna aktivnost	ECTS	Ishod učenja	Aktivnost studenta	Metode procjenjivana	Ocjenski bodovi	
					Min.	Max.
Pohađanje nastave			Prisutnost na nastavi	Evidencija		
Seminar			Seminarski rad	Prezentacija		
Završni ispit			Učenje za završni ispit	Pismeni ispit		
Ukupno	1				50	100

Oblikovanje završne ocjene

Ocjenskim bodovima ostvarenim tijekom nastave pridružuju se bodovi ostvareni na završnom ispitu. Ocjenjivanje u ECTS sustavu vrši se apsolutnom raspodjelom, odnosno na temelju konačnog postignuća i uspoređuje se s brojčanim sustavom na sljedeći način: :
 A – izvrstan (5): 90-100 ocjenskih bodova ; B – vrlo dobar (4): 80-89,99 ocjenskih bodova;
 C – dobar (3): 65-79,99 ocjenskih bodova; D – dovoljan (2): 50-64,99 ocjenskih bodova.

Obvezatna literatura

1. Hans Konrad Biesalski et al. Ernährungsmmedizin: Nach dem Curriculum Ernährungsmmedizin der Bundesärztekammer. 5., vollständig überarbeitete und aktualisierte Auflage –2017. Thieme.

Dopunska literatura

1. B.M. Margetts, M. Nelson: Design Concepts in Nutritional Epidemiology. Oxford University Press, New York, 2003.
2. P. Berry Ottaway (ed.): Food Fortification and Supplementation: Technological, Safety and Regulatory Aspects, CRC Press, 2008.
3. F. Brouns: Essentials of Sports Nutrition – 2nd ed. John Wiley and Sons, Chirchester. England. 2002.

Broj primjeraka obvezatne literature u odnosu na broj studenata koji trenutačno pohađaju nastavu na predmetu

<i>Naslov</i>	<i>Broj primjeraka</i>	<i>Broj studenata</i>
Hans Konrad Biesalski et al. Ernährungsmmedizin: Nach dem Curriculum Ernährungsmmedizin der Bundesärztekammer.	Koristit će se kupljena licenca za on-line udžbenike. Pristup će dobiti svi studenti koji su upisani u studijski program	

Načini praćenja kvalitete koji osiguravaju stjecanje izlaznih znanja, vještina i kompe-tencija

Kvaliteta izvedbe kolegija prati se putem anonimne studentske ankete o kvaliteti organizacije i održavanja nastave, sadržaju predmeta, radu nastavnika. Ocjenjuju se korisnost predavanja iz perspektive studenata, nastavni sadržaj, pripremljenost nastavnika, jasnoća izlaganja, količina novih sadržaja i kvaliteta prezentacije.

Administrativno se uspoređuje nastavni plan i njegovo izvršenje. Kontrolira se analizira sudjelovanje studenata u predavanjima i vježbama te razlozi izostanaka