

**Kolegij: Dijetetika**

**Voditelj: Izv. prof. dr. sc. Sanja Klobučar Majanović, dr. med.**

**Katedra: Katedra za kliničke medicinske znanosti I**

**Studij: Preddiplomski stručni studij Sestrinstvo (izvanredni)**

**Godina studija: 1. godina**

**Akadska godina: 2022./2023.**

## 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 godini izvanrednog Preddiplomskog stručnog studija sestrinstva i sastoji se od 30 sati predavanja. Kolegij se izvodi u prostorijama Fakulteta zdravstvenih studija (predavaonica Z6).

**Cilj kolegija** je usvajanje osnovnih znanja iz područja dijetetike i znanosti o prehrani. Cilj je upoznati studente s mikro i makronutrijentima, skupinama i sastavu namirnica, metodama procjene nutritivnog statusa te energetske i nutritivne potrebe zdravih i bolesnih osoba, specifičnostima prehrane u različitim životnim razdobljima te osnovama dijetoterapije najčešćih bolesti. Osobiti naglasak je na osposobljavanju studenata za prepoznavanje bolesnika koji su u nutritivnom riziku te razumijevanju uloge medicinskih sestara/tehničara u promicanju temeljnih postulata pravilne prehrane u cilju prevencije i liječenja pojedinih stanja i bolesti.

**Izvođenje nastave:** Nastava se izvodi u obliku predavanja, seminara i vježbi. Predviđeno vrijeme trajanja nastave je tijekom ljetnog semestra.

### Popis obvezne ispitne literature:

Štimac D i sur. Dijetoterapija i klinička prehrana, Zagreb; Medicinska naklada, 2021.  
Živković R. Dijetetika, Zagreb; Medicinska naklada, 2002.  
Katalinić V. Temeljna znanja o prehrani, Skripta Sveučilišta u Zagrebu, 2007.  
Mandić M. Znanost o prehrani-Hrana, prehrana i čuvanje zdravlja, Skripta sveučilišta u Osijeku, 2007.

### Popis dopunske literature:

Verbanac D. O prehrani, što kada i zašto jesti, Zagreb; Školska knjiga, 2002.  
Pokrajac Bulian A i sur. Pretilost – spremnost za promjenu, Jastrebarsko; Naklada Slap, 2010.  
A. Kaic-Rak, K. Antonic: Tablice o sastavu namirnica i pića, Zavod za zaštitu zdravlja SR Hrvatske, Zagreb, 1990.  
Katz D.L. Nutrition in Clinical Practice, Wolters Kluwer, 3rd edition, 2015.  
L. K. Mahan, S. Escott-Stump: Krause's Food & Nutrition Therapy, Saunders, 13th edition, 2012.

## Nastavni plan:

### Popis predavanja (s naslovima i pojašnjenjem):

#### **P1. Uvod u kolegij**

##### *Ishodi učenja:*

- upoznati studente s definicijom dijetetike i temeljnim postulatima pravilne prehrane
- razumijeti ulogu prehrane u prevenciji i liječenju bolesti

#### **P2-3. Hranjive tvari – makrohranjiva**

##### *Ishodi učenja:*

- razlikovati i opisati vrste makrohranjiva
- navesti najznačajnije izvore ugljikohidrata, bjelancevine i masti u hrani
- poznavati dnevne potrebe za pojedinim makrohranjivama
- razumijeti važnost vlakana u prehrani i navesti namirnice bogate vlaknima

#### **P4-6. Hranjive tvari – mikrohranjiva**

##### *Ishodi učenja:*

- razlikovati i opisati vrste mikrohranjiva
- navesti podjelu vitamina, njihovu funkciju u organizmu i glavne izvore u hrani
- navesti najznačajnije mineralne tvari, poznavati njihovu ulogu u organizmu i glavne izvore u hrani

#### **P7-8. Upoznavanje i sastav namirnica**

##### *Ishodi učenja:*

- razlikovati glavne skupine namirnica
- upoznati studente sa sastavom namirnica biljnog i životinjskog podrijetla

#### **P9. Metode mjerenja prehrambenog unosa i procjene kakvoće prehrane**

##### *Ishodi učenja:*

- razlikovati, usporediti i procijeniti različite načine prehrane
- prepoznati negativne utjecaje nepravilne prehrane na zdravlje čovjeka i predložiti rješenje problema

#### **P10-11. Procjena nutritivnog statusa, energijskih i nutritivnih potreba**

##### *Ishodi učenja:*

- poznavati temeljne metode procjene nutritivnog statusa
- znati upotrijebiti antropometrijske metode i upitnike za ocjenu stanja uhranjenosti
- znati prepoznati osobe u nutritivnom riziku
- znati izračunati energetske potrebe zdravih i bolesnih osoba

#### **P12. Prehrambene preporuke i standardi**

##### *Ishodi učenja:*

- upoznati studente sa svjetskim, nacionalnim i specifičnim preporukama i standardima - od DRI/RDA i preporučenih općih načela zdrave prehrane do smjernica za prevenciju i liječenje bolesti
- upoznati studente s odlukom o standardu prehrane bolesnika u bolnici

#### **P13-14. Kvaliteta i sigurnost hrane**

##### *Ishodi učenja:*

- usvojiti znanja o hrani kao rizičnom čimbeniku u prijenosu infekcija te biološkoj i kemijskoj kontaminaciji hrane
- objasniti mjere prevencije narušavanja kvalitete i sigurnosti hrane
- razumijeti ulogu sanitarne kontrole objekata, zaposlenih osoba, namirnica i hrane
- opisati vrste konzerviranja hrane

#### **P15-16. Specifičnosti prehrane dojenčadi, djece i adolescenata**

*Ishodi učenja:*

- upoznati se sa specifičnostima prehrane dojenčadi, djece i adolescenata

#### **P17. Dijetoterapija kod kardiovaskularnih bolesti**

*Ishodi učenja:*

- usvojiti i objasniti temeljne odrednice dijetoterapije kod kardiovaskularnih bolesti

#### **P18. Dijetoterapija kod bolesti bubrega**

*Ishodi učenja:*

- usvojiti i objasniti temeljnje odrednice dijetoterapije kod bolesti bubrega

#### **P19. Dijetoterapija šećerne bolesti**

*Ishodi učenja:*

- razumijeti važnost pravilne prehrane u prevenciji šećerne bolesti i regulaciji glikemije
- usvojiti znanja o nutritivnim potrebama osoba sa šećernom bolesti
- odrediti broj obroka ovisno o vrsti šećerne bolesti i propisanoj terapiji
- razumijeti važnost postizanja i održavanja zadovoljavajuće tjelesne mase u prevenciji i liječenju šećerne bolesti tip 2

#### **P20. Dijetoterapija kod bolesti probavnog sustava**

*Ishodi učenja:*

- usvojiti i objasniti temeljne odrednice dijetoterapije pojedinih bolesti probavnog sustava

#### **P21-22. Specifičnosti prehrane trudnica, roditelja i dojilja**

*Ishodi učenja:*

- poznavati temeljna načela prehrane trudnica, roditelja i dojilja

#### **P23-24. Proces planiranja obroka za bolesnike**

*Ishodi učenja:*

- procijeniti i sastaviti jelovnik sukladno fiziološkim potrebama pojedinca u institucionalnim i osobnim uvjetima

#### **P25-26. Enteralna i parenteralna prehrana**

*Ishodi učenja:*

- upoznati studente s vrstama enteralnih pripravaka i tehnikama dopremanja hrane u crijevo
- upoznati studente sa sastavom parenteralnih otopina i načinima provođenja parenteralne prehrane centralnim venskim pristupom te perifernim venskim pristupom

#### **P27. Nutritivna potpora onkoloških bolesnika**

*Ishodi učenja:*

- usvojiti i objasniti temeljnje odrednice dijetoterapije onkoloških bolesnika

## **P28. Redukcijske dijete**

*Ishodi učenja:*

- upoznati studente s temeljnim principima liječenja debljine
- objasniti različite vrste redukcijskih dijeta s kritičkim osvrtom i naglaskom na zdravstvene rizike znanstveno neutemeljenih "popularnih" dijeta

## **P29-30. Mediteranski, vegetarijanski i ostali obrasci prehrane**

*Ishodi učenja:*

- upoznati se sa temeljnim značajkama mediteranske prehrane
- razumijeti preventivnu i kurativnu ulogu mediteranske prehrane
- poznavati ostale obrasce prehrane i uz njih vezane moguće zdravstvene rizike

### **Obveze studenata:**

Studenti su obvezni redovito pohađati i aktivno sudjelovati u svim oblicima nastave.

### **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 te prema Pravilniku o ocjenjivanju studenata na FZS u Rijeci (usvojenom na Fakultetskom vijeću FZS u Rijeci). Ocjenjivanje studenata vrši se primjenom ECTS (A-E) i brojčanog sustava (1-5). Ocjenjivanje u ECTS sustavu izvodi se prema preddiplomskim kriterijima ocjenjivanja.

**Rad izvanrednih studenata** vrednovat će se i ocjenjivati na slijedeći način:

- a) prisustvo - 10 ocjenskih bodova
- b) pismeni test - 60 ocjenskih bodova
- c) usmeni ispit - 30 ocjenskih bodova

što ukupno iznosi **100 %** ocjenskih bodova.

#### **a) Pohađanje nastave**

Nazočnost na predavanjima je obvezna. Student može izostati s 50% nastave isključivo **zbog opravdanih razloga** (što opravdava ispričnicom).

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

Bodovanje **nazočnosti na nastavi** (predavanja) obavljat će se na slijedeći način:

<b>% nazočnosti</b>	<b>ocjenski bodovi</b>
50 -70	5
71-90	8
91-100	10

## b) i c) Završni ispit

### Završni ispit je pismeni i usmeni.

Završnom ispitu mogu pristupiti studenti koji su bili redoviti na predavanjima.

**Usmenom dijelu ispita može se pristupiti samo nakon položenog završnog pismenog testa.**

Pismeni test sastoji se od 60 pitanja te nosi 60 ocjenskih bodova. Kriterij za dobivanje ocjenskih bodova je **50% točno riješenih pitanja**.

### Ocjenjivanje i bodovanje na završnom ispitu

1. Pismeni test sastoji se od 60 pitanja te nosi 60 ocjenskih bodova. Kriterij za dobivanje ocjenskih bodova je **50% točno riješenih pitanja**.

Uspjeh na završnom ispitu pretvara se u ocjenske bodove na sljedeći način:

Točni odgovori	ocjenski bodovi
30	30
31	31
32	32
33	33
34	34
35	35
.....	.....
.....	.....
58	58
59	59
60	60

**Usmenom dijelu ispita može se pristupiti samo nakon položenog završnog pismenog testa.**

Usmeni dio ispita nosi do 30 ocjenskih bodova.

ocjena	ocjenski bodovi
Nedovoljan	0
Dovoljan	20
Dobar	25
Vrlo dobar	28
Izvrstan	30

Ocjenjivanje u ECTS sustavu vrši se na temelju **konačnog postignuća**:

**A – 90 - 100% 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)**

**Mogućnost izvođenja nastave na stranom jeziku:**

Da.

**Ostale napomene (vezane uz kolegij) važne za studente:**

Sve moguće dodatne detaljne informacije i upute studenti mogu kontinuirano dobiti tijekom nastave od voditelja kolegija te svih nastavnika i suradnika uključenih u nastavu, osobnim kontaktom ili putem elektroničke pošte.

## SATNICA IZVOĐENJA NASTAVE (za akademsku 2022./2023. godinu)

Datum	Predavanja (vrijeme i mjesto)	Seminari (vrijeme i mjesto)	Vježbe (vrijeme i mjesto)	Nastavnik
20. 02. 2023.	<b>P1-2</b> (14,00 – 15,30) Predavaonica Z6			Izv. prof. dr. sc. Sanja Klobučar Majanović, dr. med.
20. 02. 2023.	<b>P3-4</b> (15,45 – 17,15) Predavaonica Z6			Izv. prof. dr. sc. Sanja Klobučar Majanović, dr. med.
20. 02. 2023.	<b>P5-6</b> (17,30 – 19,00) Predavaonica Z6			Izv. prof. dr. sc. Sanja Klobučar Majanović, dr. med.
21. 02. 2023.	<b>P7-8</b> (8,15 – 9,45) Predavaonica Z6			Izv. prof. dr. sc. Sanja Klobučar Majanović, dr. med.
21. 02. 2023.	<b>P9-11</b> (10,00 – 12,15) Predavaonica Z6			Izv. prof. dr. sc. Sanja Klobučar Majanović, dr. med.
21. 02. 2023.	<b>P12</b> (12,30 – 13,15) Predavaonica Z6			Dr.sc. Gordana Kenđel Jovanović, dipl. ing. nutr.
22. 02. 2023.	<b>P13-14</b> (14,00 – 15,30) Predavaonica Z6			Dr.sc. Gordana Kenđel Jovanović, dipl. ing. nutr.
22. 02. 2023.	<b>P15-16</b> (15,45 – 17,15) Predavaonica Z6			Kristina Baraba Dekanić, dr. med.
22. 02. 2023.	<b>P17</b> (17,30 – 18,15) Predavaonica Z6			Doc. dr. sc. Teodora Zaninović Jurjević, dr. med.
22. 02. 2023.	<b>P18</b> (18,15 – 19,00) Predavaonica Z6			Dr. sc. Božidar Vujičić, dr. med.
23. 02. 2023.	<b>P19-20</b> (8,15 – 9,45) Predavaonica Z6			Izv. prof. dr. sc. Sanja Klobučar Majanović, dr. med.
23. 02. 2023.	<b>P21-22</b> (10,00 – 11,30) Predavaonica Z6			Izv. prof. dr. sc. Tea Štimac, dr. med.
23. 02. 2023.	<b>P23-24</b> (11,45 – 13,15)			Marina Kozina, mag. nutr.

	Predavaonica Z6		
24. 02. 2023.	<b>P25-26</b> (14,00 – 15,30) Predavaonica Z6		Prof. dr. sc. Brankica Mijandrušić Sinčić, dr. med.
24. 02. 2023.	<b>P27-28</b> (15,45–17,15) Predavaonica Z6		Izv. prof. dr. sc. Sanja Klobučar Majanović, dr. med.
24. 02. 2023.	<b>P29-30</b> (17,30 – 19,00) Predavaonica Z6		Izv. prof. dr. sc. Sanja Klobučar Majanović, dr. med.

### Popis predavanja:

	<b>PREDAVANJA (tema predavanja)</b>	<b>Broj sati nastave</b>	<b>Mjesto održavanja</b>
P1	Uvod u kolegij	1	Predavaonica Z6
P2-3	Hranjive tvari – makronutrijenti	2	Predavaonica Z6
P4-6	Hranjive tvari – mikronutrijenti	3	Predavaonica Z6
P7-8	Upoznavanje i sastav namirnica	2	Predavaonica Z6
P9	Metode mjerenja prehrambenog unosa i procjene kakvoće prehrane	1	Predavaonica Z6
P10-11	Procjena nutritivnog statusa, energijskih i nutritivnih potreba	2	Predavaonica Z6
P12	Prehrambene preporuke i standardi	1	Predavaonica Z6
P13-14	Kvaliteta i sigurnost hrane	2	Predavaonica Z6
P15-16	Specifičnosti prehrane dojenčadi, djece i adolescenata	2	Predavaonica Z6
P17	Dijetoterapija kod kardiovaskularnih bolesti	1	Predavaonica Z6
P18	Dijetoterapija kod bolesti bubrega	1	Predavaonica Z6
P19	Dijetoterapija šećerne bolesti	1	Predavaonica Z6
P20	Dijetoterapija kod bolesti probavnog sustava	1	Predavaonica Z6
P21-22	Specifičnosti prehrane trudnica, roditelja i dojilja	2	Predavaonica Z6
P23-24	Proces planiranja obroka za bolesnike	2	Predavaonica Z6
P25-26	Enteralna i parenteralna prehrana	1	Predavaonica Z6
P27	Nutritivna potpora onkoloških bolesnika	2	Predavaonica Z6
P28	Redukcijske dijetete	1	Predavaonica Z6
P29-30	Mediterranski, vegetarijanski i ostali obrasci prehrane	2	Predavaonica Z6
	<b>Ukupan broj sati predavanja</b>	<b>30</b>	





Sveučilište u Rijeci ▪ Fakultet zdravstvenih studija  
University of Rijeka ▪ Faculty of Health Studies

Viktora Cara Emina 5 ▪ 51000 Rijeka ▪ CROATIA

Phone: +385 51 554 932

[www.fzsri.uniri.hr](http://www.fzsri.uniri.hr)

	ISPITNI TERMINI (završni ispit)
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	