**ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ**

**ПРОГРАММА**

**«Нутрициология»**

**252 ак.ч.**

**Цель** – формирование у обучающихся компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности.

**Категория слушателей:** специалисты со средним профессиональным образованием, бакалавры, специалисты с высшим профессиональным образованием, магистры

**Срок обучения** – 252 часа.

**Форма обучения** – определяется совместно образовательным учреждением и Заказчиком (без отрыва от производства, с частичным отрывом от производства, с применением дистанционных образовательных технологий)

**Режим занятий** – определяется совместно с Заказчиком (не более 8 часов в день)

**По завершении изучения программы слушатель должен**

**Знать:**

* основы физиологии и патофизиологии пищеварения;
* виды обмена веществ;
* роль витаминов в питании;
* биологическую ценность пищевых компонентов и суточную потребность в них;
* климатогеографические, национальные, экономические и другие особенности питания;
* основы здорового питания беременных женщин;
* принципы рационального питания;
* состав и принципы использования биологически активных добавок;
* современные лабораторные методы диагностики пищевой непереносимости;
* значение и влияние на состояние организма рационального и сбалансированного питания.

**Уметь:**

* осуществить качественный и количественный анализ рациона питания;
* подбирать компоненты рецептур пищевых продуктов, наиболее полно усваиваемых организмом человека;
* учитывать энергозатраты организма, возраст, пол, климатические условия и т.д. при разработке рецептур продуктов питания.

**Владеть навыками:**

* методами составления и расчета рационов питания населения с учетом возраста, пола, климатических условий, показателей крови и т.д.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****пп** | **Наименование разделов и дисциплин** | **Всего часов** | **В том числе:**  | **Форма контроля** |
| Лекции | Практич. занятия |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **1** | **Основы физиологии и патофизиологии пищеварения** | **20** | **20** | **-** |  |
|  | 1. Основные типы пищеварения
2. Ротовая полость и пищевод
3. Желудок
4. Тонкая кишка
5. Толстая кишка
6. Поджелудочная железа
7. Билиарный тракт
 |  |  |  |  |
| **2** | **Базисные сведения о важнейших видах обмена веществ** | **16** | **14** | **2** |  |
|  | 1. Белки
2. Углеводы
3. Жиры
 |  |  |  |  |
| **3** | **Научные основы питания здорового человека** | **16** | **14** | **2** |  |
|  | 1. Рассмотрение основных следствий теории сбалансированного питания
2. Три типа пищеварения
3. Теория адекватного питания
 |  |  |  |  |
| **4** | **Потребности организма в белке и энергии** | **16** | **14** | **2** |  |
|  | 1. Потребность в белке
2. Потребность в энергии
 |  |  |  |  |
| **5** | **Роль витаминов в питании и коррекция нарушений витаминного обмена** | **16** | **14** | **2** |  |
|  | 1. Классификация витаминов
2. Причины неадекватной обеспеченности организма витаминами
3. Водорастворимые витамины
4. Жирорастворимые витамины
 |  |  |  |  |
| **6** | **Роль микро- и макроэлементов в питании** | **16** | **14** | **2** |  |
|  | 1. Макроэлементы
2. Микроэлементы
 |  |  |  |  |
| **7** | **Пищевая и биологическая ценность продуктов питания** | **16** | **14** | **2** |  |
|  | 1. Оценка продуктов питания
2. Пищевая ценность продуктов питания
3. Характеристика пищевой ценности некоторых групп продуктов
 |  |  |  |  |
| **8** | **Питание взрослого населения** | **16** | **14** | **2** |  |
|  | 1. Климатогеографические, национальные, экономические и другие особенности питания
2. Принципы рационального питания
3. «Пирамида питания»
 |  |  |  |  |
| **9** | **Питание беременных, рожениц и кормящих женщин** | **16** | **14** | **2** |  |
|  | 1. Оценка нутриционного статуса и энергетических потребностей беременных и кормящих матерей
2. Питание беременных женщин
3. Питание рожениц и кормящих женщин
 |  |  |  |  |
| **10** | **Питание пожилых лиц** | **16** | **14** | **2** |  |
|  | 1. Пищеварительная система при старении человека
2. Питание лиц старших возрастных групп
 |  |  |  |  |
| **11** | **Энтеральное и парентеральное питание** | **16** | **14** | **2** |  |
|  | 1. Энтеральное питание
2. Парентеральное питание
 |  |  |  |  |
| **12** | **Биологически активные добавки** | **16** | **14** | **2** |  |
|  | 1. Классификация
2. Состав
3. Принципы использования
4. Риск, возникающий при приеме биологически активных добавок
5. Пищевые добавки
 |  |  |  |  |
| **13** | **Специальные диеты** | **16** | **14** | **2** |  |
|  | 1. Специальные лечебные диеты
2. Разгрузочные диеты
3. «Нетрадиционное» питание
 |  |  |  |  |
| **14** | **Питание на основе анализа крови** | **16** | **14** | **2** |  |
|  | 1. Пищевая непереносимость
2. Современные лабораторные методы диагностики пищевой непереносимости
3. Диагностика пищевой аллергии и пищевой непереносимости. Определение специфических антител к пищевым аллергенам в сыворотке крови
4. Подбор продуктов питания по группам крови
 |  |  |  |  |
| **15** | **Роль воды в питании и укреплении здоровья** | **16** | **14** | **2** |  |
|  | 1. Микроэлементный состав воды
2. Изменение свойств воды в различные возрастные периоды
3. Активация воды кремнием
 |  |  |  |  |
| **ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ** **ПО УЧЕБНОМУ КУРСУ**  | **8** |  | **8** | ТЕСТ |
| Всего часов: | **252** | **216** | **36** |  |