



HRVATSKO  
KATOLICKO  
SVEUCILISTE  
ZAGREB  
UNIVERSITAS  
STUDIORUM  
CATHOLICA  
CROATICA  
ZAGREBIA

# Detaljni izvedbeni plan

**Akadska godina:**

2024/2025

**Semestar:**

Ljetni

**Studiji:**

Sestrinstvo (R)

Sestrinstvo (I)

**Godina studija:**

1

## I. OSNOVNI PODACI O KOLEGIJU

**Naziv kolegija:** Dijetetika

**Status kolegija:** Obvezni

**ECTS bodovi:** 3

*Ukupno opterećenje kolegija*

**Vrsta nastave**

**Ukupno sati**

Predavanje

30

Vježba

15

Seminar

15

**Mjesto i vrijeme održavanja nastave:** HKS - prema objavljenom rasporedu

## II. NASTAVNO OSOBLJE

*Nositelj kolegija*

**Ime i prezime:** Čerkez Habek Jasna

**Akademski stupanj/naziv:**

**Kontakt e-mail:**

[jasna.habek@unicath.hr](mailto:jasna.habek@unicath.hr)

**Telefon:**

*Suradnici na kolegiju*

**Ime i prezime:** Mosler Domagoj

**Akademski stupanj/naziv:**

**Kontakt e-mail:**

[domagoj.mosler@unicath.hr](mailto:domagoj.mosler@unicath.hr)

**Telefon:**

**Ime i prezime:** Belošić Halle Željka

**Akademski stupanj/naziv:**

**Kontakt e-mail:**

[zeljka.belosic.halle@unicath.hr](mailto:zeljka.belosic.halle@unicath.hr)

**Telefon:**

**Ime i prezime:** Kolarić Vilma

**Akademski stupanj/naziv:**

**Kontakt e-mail:**

[vilma.kolaric@unicath.hr](mailto:vilma.kolaric@unicath.hr)

**Telefon:**

### III. DETALJNI PODACI O KOLEGIJU

#### Opis kolegija

Usvajanje temeljnog znanja o ljudskoj prehrani potrebnog za razumijevanje pravilne prehrane zdravih i bolesnih ljudi odnosno različitih populacijskih skupina. Stjecanje osnovnih vještina procjenjivanja stanja uhranjenosti i izrade jelovnika.

#### Očekivani ishodi učenja na razini kolegija

razlikovati i opisati vrste makronutrijenta i mikronutrijenta u hrani, kao i njihovu učestalost u kompletnom obroku te ulogu u organizmu; - razlikovati, usporediti i procijeniti različite načine prehrane; - prepoznati negativne utjecaje nepravilne prehrane na zdravlje čovjeka i predložiti metode i rješenja problema; - razlikovati i opisati dijete prilikom akutnih i kroničnih bolesti te osobitosti prehrane operiranih bolesnika; - izračunati energetske potrebe pojedinih populacijskih grupa; - procijeniti i sastaviti jelovnik u skladu s fiziološkim potrebama pojedinca i grupe; - upotrijebiti antropometrijske metode za ocjenu stanja uhranjenosti pojedinca i populacijske grupe; - koristiti i osmisлити različite ankete prehrane te prikupljati podatke.

#### Literatura

#### Obavezna

1. Jasna Čerkez Habek. Dijetetika, Medicinska naklada 2021.
2. Turčić V.: HACCP i higijena namirnica, Zagreb, VT 2000.
3. Clark N.: Sportska prehrana, Robert Schwarz „Gopal” d.o.o. Zagreb, 2000.
4. Štimac D., Krznarić Ž., Vranešić Bender D., Obrovac Glišić M.: Dijetoterapija i klinička prehrana, 2. obnovljeno i dopunjeno izdanje, Zagreb : Medicinska naklada, 2021.
5. Čerkez Habek J. i sur.: Medicina prehrane, Zagreb: Medicinska naklada, 2023.

#### Dopunska

- Štimac D., Krznarić Ž., Vranešić Bender D. Dijetoterapija i klinička prehrana. 2. obnovljeno izdanje. Zagreb, Medicinska naklada, 2021.

#### Način ispitivanja i ocjenjivanja

#### Uvjeti ispita

1. Redovito pohađanje nastave (prisutnost na najmanje 70% nastave)
2. Uredno izvršene vježbe i seminarske obaveze

#### Način polaganja ispita

Kontinuiranim vrednovanjem studentskog rada dolazi se do ukupne ocjene:  
nedovoljan (1) 0-59,9 % bodova  
dovoljan (2) 60-69,9% bodova  
dobar (3) 70-79,9 % bodova  
vrlo dobar (4) 80-89,9 % bodova  
izvrstan (5) 90-100 % bodova

#### Način ocjenjivanja

- Kontinuirano vrednovanje studentskog rada kroz:
1. Nastavne aktivnosi: seminarski rad
  2. Završni ispit (pismeni)

#### Detaljan prikaz ocjenjivanja unutar Europskoga sustava za prijenos bodova

VRSTA AKTIVNOSTI

ECTS bodovi - koeficijent opterećenja studenata

UDIO OCJENE (%)

Pohađanje nastave	1.6	0
Seminarski rad	0.4	30
Ukupno tijekom nastave	2	30
Završni ispit	1	70
UKUPNO BODOVA (nastava+zav.ispit)	3	100

## IV. TJEDNI PLAN NASTAVE

### *Predavanja*

#	Tema
1	Uvod u predmet, definicija dijetetike, povijest znanosti o prehrani
2	Osnovni principi pravilne prehrane, pravilna prehrana u svijetu i kod nas te potrebe organizma za energijom i zaštitnim tvarima
3	Digestija, apsorpcija i metabolizam masti, bjelančevina, ugljikohidrata, vitamina i minerala
4	Uloga vode u organizmu
5	Sastav namirnica i planiranje jelovnika
6	Prehrana s obzirom na životnu dob, kategorije i zdravstveno stanje
7	Javno-zdravstveni aspekti prehrambenih poremećaja
8	Prehrambeni deficiti te bolesti izazvane nedovoljnom i nepravilnom prehranom
9	Metode ocjene stanja uhranjenosti
10	Mjere za ocjenu i unapređenje prehrane
11	Prehrana u posebnim uvjetima
12	Prehrana bolesnika s kardiovaskularnim bolestima
13	Prehrana bolesnika sa šećernom bolesti
14	Prehrana bolesnika s gastrointestinalnim bolestima
15	Prehrana bolesnika s bolestima bubrega