



Detaljni izvedbeni plan

Akadska godina: 2026/2027	Semestar: Zimski
Studiji: Primaljstvo (R) Primaljstvo (I)	Godina studija: 2

I. OSNOVNI PODACI O KOLEGIJU

Naziv kolegija: Dijetetika

Kratika kolegija: PRIM3-2

ECTS bodovi: 4

Šifra kolegija: 293421

Preduvjeti za upis kolegija: Nema

Ukupno opterećenje kolegija

Vrsta nastave	Ukupno sati
---------------	-------------

Predavanje	30
------------	----

Seminar	15
---------	----

Vježba u praktikumu	15
---------------------	----

Mjesto i vrijeme održavanja nastave: HKS – prema objavljenom rasporedu

II. NASTAVNO OSOBLJE

Nositelj kolegija

Ime i prezime: Kolarić Vilma

Akademski stupanj/naziv:

Izbor: docent

Kontakt e-mail:
vilma.kolaric@unicath.hr

Telefon:

Konzultacije: Prema objavljenom rasporedu

Suradnici na kolegiju

III. DETALJNI PODACI O KOLEGIJU

Jezik na kojem se nastava održava: Hrvatski

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 osmisliti različite ankete prehrane te prikupljati podatke; - objasniti suplementaciju i prehranu u trudnoći, porođaju i babinju.
Literatura			
Obavezna			1. Čerkez Habek J. i sur.: Medicina prehrane, Zagreb: Medicinska naklada, 2023.
Dopunska			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.
Način ispitivanja i ocjenjivanja			
Polaze se DA	Isključivo kontinuirano praćenje nastave NE	Ulazi u prosjek DA	
Preduvjeti za dobivanje potpisa i polaganje završnog ispita			1. Redovito pohađanje nastave (prisutnost na najmanje 70% nastave) 2. Uredno izvršene vježbe i seminarske obaveze
Način ocjenjivanja			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 polaganja ispita			Kontinuirano vrednovanje studentskog rada kroz: 1. Nastavne aktivnosi: seminarski rad 2. Završni ispit (pismeni)
Detaljan prikaz ocjenjivanja unutar Europskoga sustava za prijenos bodova			
IV. TJEDNI PLAN NASTAVE			
Vježbe u praktikumu			
#	Tema		
1	Vježba 1		
2	Vježba 2		
3	Vježba 3		

4	Vježba 4
5	Vježba 5
6	Vježba 6
7	Vježba 7
8	Vježba 8
9	Vježba 9
10	Vježba 10
11	Vježba 11
12	Vježba 12
13	Vježba 13
14	Vježba 14
15	Vježba 15

Predavanja

#	Tema
1	Uvod u predmet, definicija dijetetike, povijest znanosti o prehrani. Osnovni principi pravilne prehrane, pravilna prehrana u svijetu i kod nas te potrebe organizma za energijom i zaštitnim tvarima.
2	Digestija,apsorpcija i metabolizam masti, bjelančevina, ugljikohidrata vitamina i minerala
3	Uloga vode u organizmu
4	Sastav namirnica i planiranje jelovnika
5	Prehrana s obzirom na životnu dob, kategorije i zdravstveno stanje
6	Dijetetika u trudnoći, porođaju i babinju
7	Javnozdravstveni aspekti prehrambenih porećaja
8	Prehrambeni deficiti te bolesti izazvane nedovoljnom i nepravilnom prehranom
9	Metode ocjene stanja uhranjenost
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

Seminari

#	Tema
1	Prehrana kod osteoporoze
2	Dijabetička prehrana
3	Redukcijska dijeta
4	Prehrana kod hiperlipidemije
5	Prehrana kod palijativnog pacijenta
6	Prehrana kod arterijske hipertenzije

