Detaljni izvedbeni plan

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

I. OSNOVNI PODACI O KOLEGIJU

Naziv kolegija: Dijetetika	
Kratica 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	

Polaže 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 aktivnosti: 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,apsorpcoja 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 poremećaja
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

7	Prehrana kod žučnih kamenaca