

Студијски програм/студијски програми : <b>ИНТЕГРИСАНЕ АКАДЕМСКЕ СТУДИЈЕ ФАРМАЦИЈЕ</b>			
Врста и ниво студија: Интегрисане академске студије фармације, други ниво студија			
<b>Назив предмета: Исхрана у здрављу и болести</b>			
Статус предмета: Обавезан			
Број ЕСПБ: 4			
Услов: уписана трећа година студијског програма, пети семестар интегрисаних академских студија фармације			
<b>Циљ предмета:</b> Омогућити студентима да разумеју значај исхране како у здрављу, тако и у болести и њено место у процесима који утичу на здравље људи; упознавање са принципима нормалне исхране и болестима које су изазване неправилном исхраном; упознавање са основним проблемима дијететике и клиничке нутриције; упознавање са утицајем физичке активности на здравље људи и превенцију болести.			
<b>Исход предмета</b> <b>Знања која ће студенти стећи после савладавања програма:</b> Познавање основних принципа нормалне исхране; познавање значаја исхране за здравље људи; познавање свих група намирница и њихове улоге у организму; познавање основа клиничке нутриције; познавање основа дијететике, са прављењем јеловника за различите категорије здравих и болесних људи; познавање болничких дијета; познавање болести које су последица недовољне исхране или њених појединих чинилаца (витамина, минерала, беланчевина...); познавање болести које су последица преобимне исхране; познавање утицаја физичке активности на здравље људи и превенцију болести; познавање механизма деловања умора, замора и премора на здравље. <b>Вештине које ће стећи студенти после савладавања програма:</b> Вештина претраживања основних база података на ИНТЕРНЕТУ; вештина рада у рачунарским програмима Ворд, СПСС и Пауер Поинт; вештина основне статистичке обраде података; вештина решавања практичних проблема из домена исхране; вештина тумачења и примене различитих врста дијета; вештина израчунавања дневних потреба хранљивих материја за различите категорије болесних и здравих људи. <b>Ставови које ће стећи студенти после савладавања програма:</b> Најважније је очување здравља људи; правилна исхрана је први предуслов за очување и унапређење здравља; неправилна исхрана је најважнији ризикофактор у савременом свету; физичка активност значајно делује на превенцију болести.			
<b>Садржај предмета</b> <i>Теоријска настава</i> Теоријска настава обухвата историју исхране и дијететике, увод у правилну исхрану, основне принципе, пирамиду исхране, значај минералних материја у исхрани (улога и дневне потребе минералних материја: натријум, калијум, калцијум, магнезијум, фосфор, јод, хлор, флуор, бром, кобалт, манга, селен, гвожђе, оловоцинк, хром, бакар), улога витамина у исхрани (значај и дневне опотребе витамина А, Д, Е, К, Ц, и Б групе витамина), утицај мега доза олигоелемената на здравље људи (перорална и парентерална примена вишеструко већих доза од дневних потреба минерала и витамина), амирнице (намирнице биљног порекла: житарице и производи, воће и поврће; намирнице животињског порекла: месо и производи, млеко и млечни производи, риба и производи, јаја; масти и уља), нутритивни поремећаји (нутритивни дефицит и обољења услед недовољног уноса појединих микроелемената, нутритивни дефицит и обољења услед недовољног уноса макроелемената – протеинско-енергетски дефицит, потхрањеност), гојазност (етиологија, генетски чиниоци, чиниоци хране, културни чиниоци, физичка активност, социјални чиниоци, остали чиниоци, лечење гојазности, превенција гојазности), поремећаји понашања у исхрани (анорексија нервоза, болумија нервоза), исхрана и хроничне незаразне болести (исхрана и кардиоваскуларне болести, малигне болести, поремећај серумских масти), исхрана и дијабетес (циљеви исхране оболелих од дијабетеса, дијетотерапија дијабетеса), физичка активност и њен утицај на здравље и превенцију болести (рекреативна физичка активност, тренирање, бављење спортом, значај физичке активности на раст и развој деце, умор, замор, премор), исхрана и физичка активност принципи исхране спортиста и рекреативаца).			
<i>Практична настава</i> Израда стручних извештаја, писање семинарских радова и есеја, практична комуникација, израда презентација у Пауер Поинту, решавање практичних проблема, рад са базама података на интернету, планирање исхране за активне спортисте, Функционална и антропометријска испитивања, планирање и састављање дневног obroка, рад у СПСС-у.			
<b>Литература</b> • Радојка Коцијанчић (уредник); Хигијена, Завод за уџбенике и наставна средства, Београд, 2002. • Мирослав Радовановић, Зденка Јевтић, Уџбеник хигијене, Медицинска књига, Београд, 1992. • Михајло Николић и сарадници. Хигијена са медицинском екологијом, Медицинска књига- Медицинске комуникације, Београд, 1998.			
<b>Број часова активне наставе: 45</b>			Самостални рад студента: 60
Предавања: 15	Вежбе: 15	Други облици наставе: 15	
			Студијски истраживачки рад: 0
<b>Методе извођења наставе:</b> предавања, семинари, вежбе			
<b>Оцена знања (максимални број поена 100)</b>			
<b>Предиспитне обавезе</b>	<b>поена</b>	<b>Завршни испит</b>	<b>поена</b>
активност у току предавања	До 10	писмени испит	
практична настава		усмени испит	До 70
колоквијум-и		.....	
семинар-и	До 20		