

PROGRAM KURSU – DIETETYKA ZAAWANSOWANA

Charakterystyka funkcji narządów organizmu człowieka:

- Budowa układu krwionośnego i limfatycznego
- Budowa układu oddechowego
- Budowa układu ruchowego
- Budowa układu nerwowego i mózgu
- Budowa narządów zmysłu
- Budowa układu płciowego i wydalniczego

Określenie stanu odżywienia człowieka:

- Podstawowa terminologia
- Powiązania pomiędzy żywieniem, stanem odżywiania a zdrowiem
- Ocena stanu odżywienia w 5 obszarach
- Badania antropometryczne
- Badania antropometryczne zainteresowanych słuchaczy
- Ocena sposobu żywienia

Zalecenia zdrowego żywienia w różnych schorzeniach:

- Zasady prawidłowego żywienia w oparciu o piramidę zdrowego żywienia
 - Dieta podstawowa
 - Zalecenia dietetyczne w chorobach
 - Dna moczanowa
 - Miażdżyca
 - Nadciśnienie tętnicze
 - Cukrzyca
 - Nadwaga i Otyłość
 - Osteoporoza
- Zasady żywienia dietetycznego z uwzględnieniem charakterystyki diet leczniczych w schorzeniach.
 - Choroby psychosomatyczne
 - Choroby układu krążenia
 - Choroby układu oddechowego
 - Choroby narządu ruchu
- Dieta w chorobach nowotworowych
- Podstawowe diety uwzględniające nietolerancję
 - Laktozy
 - Fenyloketonurii
 - Celiakii
 - Alergii pokarmowej
- Interakcje pomiędzy żywnością a lekami – zalecenia
- Przykładowe jadłospisy

Dieta niskowęglowodanowa

- Białka
- Tłuszcze
- Węglowodany, czyli cukrowce
- Podstawy – historia
- Węglowodany a hormony
- Równowaga metaboliczna
- Niedobory hormonu wzrostu
- Hormony
- Insulina
- Cukrzyca i insulinoodporność
 - Cukrzyca Typu I
 - Cukrzyca typu II
 - Testy cukrowe