

## **Program kursu DIETETYKI KETOGENICZNEJ**

- Fizjologiczne znaczenie składników pokarmowych
  - *Energia*
  - *Białka pożywienia*
  - *Tłuszcze*
  - *Węglowodany*
  - *Błonnik*
  - *Witaminy i składniki mineralne*
  - *Płyny*
- Dieta ketogeniczna w praktyce
  - *Ketoza, ketogeneza i kwasica ketonowa*
  - *Dieta niskowęglowodanowa*
  - *Charakterystyka diety ketogenicznej*
  - *Wady i zalety diety ketogenicznej*
  - *Wpływ diety ketogenicznej na zdrowie*
  - *Planowanie żywienia w diecie ketogenicznej*
  - *Kuchnia ketogeniczna*