

ИНФОРМАТОР ЗА СТУДЕНТЕ

ПРЕДМЕТ: В06 ИСХРАНА У ЗДРАВЉУ И БОЛЕСТИ

Овај изборни предмет се слуша у зимском семестру, са једним часом предавања, једним часом семинара и једним часом вежби. Предмет носи 4 ЕСПБ.

Образовни циљ предмета

Омогућити студентима да разумеју значај исхране како Omogućiti studentima da razumeju značaj ishrane kako u zdravlju, tako i u bolesti i njeno mesto u procesima koji utiču na zdravlje ljudi.

Upoznavanje sa principima normalne ishrane i bolestima koje su izazvane nepravilnom ishranom.

Upoznavanje sa osnovnim problemima dijetetike i kliničke nutricije.

Upoznavanje sa uticajem fizičke aktivnosti na zdravlje ljudi i preveniranje bolesti.

Исходи образовања

Знања која ће студенти стећи:

1. Познавање основних принципа нормалне исхране.
2. Познавање значаја исхране за здравље људи.
3. Познавање свих група намирница и њихове улоге у организму.
4. Познавање основа клиничке нутриције.
5. Познавање основа дијететике, са прављењем јеловника за различите категорије здравих и болесних људи.
6. Познавање болничких дијета.
7. Познавање болести које су последица недовољне исхране или њених појединих чинилаца (витамина, минерала, беланчевина . . .).
8. Познавање болести које су последица преобимне исхране.
9. Познавање утицаја физичке активности на здравље људи и превенцију болести.

10. Познавање механизма деловања умора, замора и премора на здравље.

Вештине које ће стећи студенти после савладавања програма:

1. Вештина претраживања основних база података на ИНТЕРНЕТУ;
2. Вештина рада у рачунарским програмима Ворд, СПСС и Пауер Поинт;
3. Вештина основне статистичке обраде података;
4. Вештина решавања практичних проблема из домена исхране;
5. Вештина тумачења и примене различитих врста дијета;
6. Вештина израчунавања дневних потреба хранљивих материја за различите категорије болесних и здравих људи;

Ставови које ће стећи студенти после савладавања програма:

1. Најважније је очување здравља људи;
2. Правилна исхрана је први предуслов за очување и унапређење здравља;
3. Неправилна исхрана је најважнији ризикофактор у савременом Свету;
4. Физичка активност значајно делује на превенцију болести;

Услови слушања наставе

Да би слушао наставу на овом предмету, студент мора да буде уписан на трећу годину интегрисаних академских студија фармације.

Облици наставе

Настава се одржава кроз следеће облике: предавања, проблем-оријентисана настава, семинари, вежбе.

Руководилац предмета: проф. др Нела Ђоновић

Предиспитне обавезе:

Студенти су у обавези да активно учествују у свим облицима наставе. Наставници и сарадници који изводе наставу ће оцењивати њихово знање, вештину и ставове испољене приликом решавања задатих проблема.

Начин полагања испита и оцењивања

Испит се полаже усменим путем.

Активност студената током предавања носи до 10 поена, активност током семинара до 10 поена, активност током вежби до 10 поена (укупно 30 поена у току наставе-предиспитни део) и усмени испит до 70 поена.

Литература:

1. Хигијена, Радојка Коцијанчић (уредник); Завод за уџбенике и наставна средства, Београд, 2002.
2. Уџбеник хигијене, редакција Мирослав Радовановић, Зденка Јевтић, Медицинска књига, Београд, 1992.
3. Хигијена са медицинска екологија, Михајло Николић и сарадници, Медицинска књига- Медицинске комуникације, Београд, 1998.

РАСПОРЕД ПРЕДАВАЊА У ЗИМСКОМ СЕМЕСТРУ ШКОЛСКЕ 2008/2009					
ПРЕДМЕТ: В06-Исхрана у здрављу и болести –ОДСЕК ФАРМАЦИЈЕ					
Недеља	Тематска јединица	Бр. часова	Наставник	Датум и време	Место наставе
1	Предавање: Предавање: Увод у исхрану (значај исхране).	1	проф. др Нела Ђоновић	07.10.2010. 12.30-13.15	Медиц. факултет Амфитеатар
1	Семинар: Правна регулатива: намирнице.	1	проф. др Нела Ђоновић	07.10.2010. 13.15-14.00	Медиц. факултет Амфитеатар
1	Вежбе: Историјски приказ развоја принципа исхране у различитим светским културама и верама.	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић асистент мр. Др Драган Васиљевић	07.10.2010. 07.30-08.15 прва група 08.20-09.05. друга група 09.10-09.55 трећа група 10.00-10.45 четврта група 10.50-11.35 пета група 11.40-12.25 шеста група	Медиц. факултет Компјутерска учионица
Недеља	Тематска јединица	Бр. часова	Наставник	Датум и време	Место наставе
2	Предавање: Енергетске потребе и нутритивни значај хранљивих материја (енергија, израчунавање дневних енергетских потреба, угљени хидрати, масти, беланчевине, вода).	1	проф. др Нела Ђоновић	14.10.2010. 12.30-13.15	Медиц. факултет Амфитеатар
2	Семинар: Закон о безбедности хране	1	проф. др Нела Ђоновић	14.10.2010. 13.15-14.00	Медиц. факултет Амфитеатар
2	Вежбе: Израчунавање енергетских потреба за различите узрасте.	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић	14.10.2010. 07.30-08.15 прва група 08.20-09.05. друга група	Медиц. факултет Компјутерска

			асистент мр. Др Драган Васиљевић	09.10-09.55 трећа група 10.00-1045 четврта група 10.50-11.35 пета група 11.40-12.25 шеста група	учионица
Недеља	Тематска јединица	Бр.часова	Наставник	Датум и време	Место наставе
3	Предавање: 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).	1	проф.др Нела Ђоновић	21.10.2010. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар
3	Семинар: Правилник о ближим условима који обезбеђују хигијенско поступање са животним намирницама.	1	проф.др Нела Ђоновић	21.10.2010. 13.15-14.00	Медиц.факултет Амфитеатар
3	Вежбе: Упознавање са законским нормама везаним за исхрану.	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић асистент мр. Др Драган Васиљевић	21.10.2010. 07.30-08.15 прва група 08.20-09.05. друга група 09.10-09.55 трећа група 10.00-1045 четврта група 10.50-11.35 пета група 11.40-12.25 шеста група	Медиц.факултет Компјутерска учионица
Недеља	Тематска јединица	Бр.часова	Наставник	Датум и време	Место наставе
4	Предавање: Улога витамина у исхрани (значај и дневне опотребе витамина . А,Д,Е,К,Ц, и Б групе витамина).	1	проф.др Нела Ђоновић	28.10.2010. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар
4	Семинар: Закон о здравственом надзору над животним намирницама и предметима опште употребе	1	проф.др Нела Ђоновић	28.10.2010. 13.15-14.00	Медиц.факултет Амфитеатар
4	Вежбе: Упознавање са базама података на Интернету везаних за исхрану.	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић асистент мр. Др Драган Васиљевић	28.10.2010. 07.30-08.15 прва група 08.20-09.05. друга група 09.10-09.55 трећа група 10.00-1045 четврта група 10.50-11.35 пета група 11.40-12.25 шеста група	Медиц.факултет Компјутерска учионица
Недеља	Тематска јединица	Бр.часова	Наставник	Датум и време	Место наставе
5	Предавање: Утицај мега доза	1	проф.др Нела Ђоновић	04.11.2010.	Медиц.факултет

	олигоелемената на здравље људи (перорална и парентерална примена вишеструко већих доза од дневних потреба минерала и витамина).			12.30-13.15	Амфитеатар
5	Семинар: Закон о надзору над прехранбеним производима биљног порекла.	1	проф.др Нела Ђоновић	04.11.2010. 13.15-14.00	Медиц.факултет Амфитеатар
5	Вежбе: Написати кратки есеј о улози олигоелемената у нормалној исхрани.	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић асистент мр. Др Драган Васиљевић	04.11.2010. 07.30-08.15 прва група 08.20-09.05. друга група 09.10-09.55 трећа група 10.00-1045 четврта група 10.50-11.35 пета група 11.40-12.25 шеста група	Медиц.факултет Компјутерска учионица
Недеља	Тематска јединица	Бр.часова	Наставник	Датум и време	Место наставе
6	Предавање: Намирнице (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).	1	проф.др Нела Ђоновић	11.11.2010. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар
6	Семинар: Закон о надзору над прехранбеним производима животињског порекла.	1	проф.др Нела Ђоновић	11.11.2010. 13.15-14.00	Медиц.факултет Амфитеатар
6	Вежбе: Фалсификовање намирница. апотеци.	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић асистент мр. Др Драган Васиљевић	11.11.2010. 07.30-08.15 прва група 08.20-09.05. друга група 09.10-09.55 трећа група 10.00-1045 четврта група 10.50-11.35 пета група 11.40-12.25 шеста група	Медиц.факултет Компјутерска учионица
Недеља	Тематска јединица	Бр.часова	Наставник	Датум и време	Место наставе
7	Предавање: Препоруке за правилну исхрану (примена препорука за исхрану, планирање исхране за различите категорије становништва, исхрана за унапређење	1	проф.др Нела Ђоновић	18.11.2010. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар

	здравља и превенцију болести).				
7	Семинар: Правилник о начину стицања основних знања о хигијени намирница и личној хигијени.	1	проф.др Нела Ђоновић	18.11.2010. 13.15-14.00	Медиц.факултет Амфитеатар
7	Вежбе: Испитивање (анкета) индивидуалне, колективне и породичне исхране.	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић асистент мр. Др Драган Васиљевић	18.11.2010. 07.30-08.15 прва група 08.20-09.05. друга група 09.10-09.55 трећа група 10.00-1045 четврта група 10.50-11.35 пета група 11.40-12.25 шеста група	Медиц.факултет Компјутерска учионица
Недеља	Тематска јединица	Бр.часова	Наставник	Датум и време	Место наставе
8	Предавање: Нутритивни поремећаји (нутритивни дефицит и обољења услед недовољног уноса појединих микроелемената, нутритивни дефицит и обољења услед недовољног уноса макроелемената – протеинско-енергетски дефицит, потхрањеност).	1	проф.др Власта Дамјанов	25.11.2010. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар
8	Семинар: Упуство о начину узимања узорака за вршење анализа и суперанализа намирница и предмета опште употребе.	1	проф.др Нела Ђоновић	25.11.2010. 13.15-14.00	Медиц.факултет Амфитеатар
8	Вежбе: Процена исхране и стања ухрањености.	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић асистент мр. Др Драган Васиљевић	25.11.2010. 07.30-08.15 прва група 08.20-09.05. друга група 09.10-09.55 трећа група 10.00-1045 четврта група 10.50-11.35 пета група 11.40-12.25 шеста група	Медиц.факултет Компјутерска учионица
Недеља	Тематска јединица	Бр.часова	Наставник	Датум и време	Место наставе
9	Предавање: Гојазност (етиологија, генетски чиниоци, чиниоци хране, културни чиниоци, физичка активност, социјални чиниоци, остали чиниоци, лечење гојазности, превенција гојазности).	1	проф.др Власта Дамјанов	02.12.2010. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар

9	Семинар: Правилник о декларисању и означавању упакованих намирница.	1	проф.др Власта Дамјанов	02.12.2010. 13.15-14.00	Медиц.факултет Амфитеатар
9	Вежбе: Написати есеј: Гојазност као чинилац ризика, рад у програму Ворд.	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић асистент мр. Др Драган Васиљевић	02.12.2010. 07.30-08.15 прва група 08.20-09.05. друга група 09.10-09.55 трећа група 10.00-1045 четврта група 10.50-11.35 пета група 11.40-12.25 шеста група	Медиц.факултет Компјутерска учионица
Недеља	Тематска јединица	Бр.часова	Наставник	Датум и време	Место наставе
10	Предавање: Поремећаји понашања у исхрани(Анорексија нервоза, болумија нервоза).	1	проф.др Власта Дамјанов	09.12.2010. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар
10	Семинар: Правилник о микробиолошкој исправности намирница.	1	проф.др Власта Дамјанов	09.12.2010. 13.15-14.00	Медиц.факултет Амфитеатар
10	Вежбе: Планирање и састављање дневног obroка, рад у програму СПСС.	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић асистент мр. Др Драган Васиљевић	09.12.2010. 07.30-08.15 прва група 08.20-09.05. друга група 09.10-09.55 трећа група 10.00-1045 четврта група 10.50-11.35 пета група 11.40-12.25 шеста група	Медиц.факултет Компјутерска учионица
Недеља	Тематска јединица	Бр.часова	Наставник	Датум и време	Место наставе
11	Предавање: Исхрана и хроничне незаразне болести (исхрана и кардиоваскуларне болести, малигне болести, поремећај серумских масти).	1	проф.др Власта Дамјанов	16.12.2010. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар
11	Семинар: Правилник о хемијској исправности намирница.	1	проф.др Власта Дамјанов	16.12.2010. 13.15-14.00	Медиц.факултет Амфитеатар
11	Вежбе: Претраживање сајта на Интернету FDA, и превод једног документа, по сопственом избору, везаног за исхрану кардиоваскуларних болесника.	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић асистент мр. Др Драган Васиљевић	16.12.2010. 07.30-08.15 прва група 08.20-09.05. друга група 09.10-09.55 трећа група	Медиц.факултет Компјутерска учионица

Недеља	Тематска јединица	Бр.часова	Наставник	Датум и време	Место наставе
12	Предавање: Исхрана и дијабетес (циљеве исхране оболелих од дијабетеса, дијетотерапија дијабетеса).	1	проф.др Власта Дамјанов	23.12.2010. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар
12	Семинар: Норматив за основне намирнице које се користе за исхрану у школским кухињама.	1	проф.др Власта Дамјанов	23.12.2010. 13.15-14.00	Медиц.факултет Амфитеатар
12	Вежбе: Функционална и антропометријска испитивања.	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић асистент мр. Др Драган Васиљевић	23.12.2010. 07.30-08.15 прва група 08.20-09.05. друга група 09.10-09.55 трећа група 10.00-1045 четврта група 10.50-11.35 пета група 11.40-12.25 шеста група	Медиц.факултет Компјутерска учионица
Недеља	Тематска јединица	Бр.часова	Наставник	Датум и време	Место наставе
13	Предавање: Пирамида исхране (препоруке Светске здравствене организације, као и препоруке ФДА).	1	проф.др Власта Дамјанов	30.12.2010. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар
13	Семинар: Правилник о нормативу друштвене исхране деце у установама за децу.	1	проф.др Власта Дамјанов	30.12.2010. 13.15-14.00	Медиц.факултет Амфитеатар
13	Вежбе: Упознавање са клиничким дијетама везаним за поједина обољења, рад у програму Пауер Поинт. Вежбе: Упознавање са клиничким дијетама везаним за поједина обољења, рад у програму Пауер Поинт.	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић асистент мр. Др Драган Васиљевић	30.12.2010. 07.30-08.15 прва група 08.20-09.05. друга група 09.10-09.55 трећа група 10.00-1045 четврта група 10.50-11.35 пета група 11.40-12.25 шеста група	Медиц.факултет Компјутерска учионица
Недеља	Тематска јединица	Бр.часова	Наставник	Датум и време	Место наставе
14	Предавање: Физичка активност и њен	1	проф.др Власта Дамјанов	13.01.2011.	Медиц.факултет

	утицај на здравље и превенцију болести (рекреативна физичка активност, тренирање, бављење спортом, значај физичке активности на раст и развој деце, умор, замор, премор).			12.30-13.15	Амфитеатар
14	Семинар: Правилник о санитарно.хигијенским условима за објекте у којима се обавља производња и промет животних намирница и предмета опште употребе.	1	проф.др Власта Дамјанов	13.01.2011. 13.15-14.00	Медиц.факултет Амфитеатар
14	Вежбе: Рад са базама података на Интернету.	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић асистент мр. Др Драган Васиљевић	13.01.2011. 07.30-08.15 прва група 08.20-09.05. друга група 09.10-09.55 трећа група 10.00-1045 четврта група 10.50-11.35 пета група 11.40-12.25 шеста група	Медиц.факултет Компјутерска учионица
Недеља	Тематска јединица	Бр.часова	Наставник	Датум и време	Место наставе
15	Предавање: Исхрана и физичка активност (принципи исхране спортиста и рекреативаца).	1	проф.др Власта Дамјанов	20.01.2011. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар
15	Семинар: Планирање исхране за активне спортисте.	1	проф.др Власта Дамјанов	20.01.2011. 13.15-14.00	Медиц.факултет Амфитеатар
15	Вежбе: Написати кратки есеј: Физичка активност и здравље у програму Ворд.	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић асистент мр. Др Драган Васиљевић	20.01.2011. 07.30-08.15 прва група 08.20-09.05. друга група 09.10-09.55 трећа група 10.00-1045 четврта група 10.50-11.35 пета група 11.40-12.25 шеста група	Медиц.факултет Компјутерска учионица