

# 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 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 превенирање болести.

### 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.

<b>РАСПОРЕД ПРЕДАВАЊА У ЗИМСКОМ СЕМЕСТРУ ШКОЛСКЕ 2008/2009</b>					
<b>ПРЕДМЕТ: В06-Исхрана у здрављу и болести –ОДСЕК ФАРМАЦИЈЕ</b>					
Недеља	Тематска јединица	Бр. часова	Наставник	Датум и време	Место наставе
1	Предавање: Предавање: Увод у исхрану (значај исхране).	1	проф.др Нела Ђоновић	06.10.2011. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар
1	Семинар: Правна регулатива: намирнице.	1	проф.др Нела Ђоновић	06.10.2011. 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	06.10.2011. 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	13.10.2011. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар
2	Семинар: Закон о безбедности хране	1	проф.др Нела Ђоновић	13.10.2011. 13.15-14.00	Медиц.факултет Амфитеатар
2	Вежбе: Израчунавање енергетских потреба за	1	асистент мр. др Мирјана	13.10.2011.	Медиц.факултет

	различите узрасте.		Милосављевић асистент мр. Др Драган Васиљевић	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	Компјутерска 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	20.10.2011. 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	20.10.2011. 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	20.10.2011. 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
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	27.10.2011. 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	27.10.2011. 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	27.10.2011. 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

5	Предавање: Утицај мега доза олигоелемената на здравље људи (перорална и парентерална примена вишеструко већих доза од дневних потреба минерала и витамина).	1	проф.др Нела Ђоновић	03.11.2011. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар
5	Семинар: Закон о надзору над прехранбеним производима биљног порекла.	1	проф.др Нела Ђоновић	03.11.2011. 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	03.11.2011. 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
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	10.11.2011. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар
6	Семинар: Закон о надзору над прехранбеним производима животињског порекла.	1	проф.др Нела Ђоновић	10.11.2011. 13.15-14.00	Медиц.факултет Амфитеатар
6	Вежбе: Фалсификовање намирница. апотеци.	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић асистент мр. Др Драган Васиљевић	10.11.2011. 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
7	Предавање: Препоруке за правилну исхрану (примена препорука за исхрану, планирање исхране за различите категорије	1	проф.др Нела Ђоновић	17.11.2011. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар

	становништва, исхрана за унапређење здравља и превенцију болести).				
7	Семинар: Правилник о начину стицања основних знања о хигијени намирница и личној хигијени.	1	проф.др Нела Ђоновић	17.11.2011. 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	17.11.2011. 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
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	24.11.2011. 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	24.11.2011. 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	24.11.2011. 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
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	01.12.2011. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар

9	Семинар: Правилник о декларисању и означавању упакованих намирница.	1	проф.др Власта Дамјанов	01.12.2011. 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	01.12.2011. 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
10	Предавање: Поремећаји понашања у исхрани( Анорексија нервоза, болумија нервоза).	1	проф.др Власта Дамјанов	08.12.2011. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар
10	Семинар: Правилник о микробиолошкој исправности намирница.	1	проф.др Власта Дамјанов	08.12.2011. 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	08.12.2011. 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
11	Предавање: Исхрана и хроничне незаразне болести (исхрана и кардиоваскуларне болести, малигне болести, поремећај серумских масти).	1	проф.др Власта Дамјанов	15.12.2011. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар
11	Семинар: Правилник о хемијској исправности намирница.	1	проф.др Власта Дамјанов	15.12.2011. 13.15-14.00	Медиц.факултет Амфитеатар
11	Вежбе: Претраживање сајта на Интернету FDA, и превод једног документа, по сопственом избору, везаног за исхрану	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић асистент мр. Др Драган	15.12.2011. 07.30-08.15 прва група 08.20-09.05. друга група	Медиц.факултет Компјутерска учионица

	кардиоваскуларних болесника.		Васиљевић	09.10-09.55 трећа група 10.00-1045 четврта група 10.50-11.35 пета група 11.40-12.25 шеста група	
Недеља	Тематска јединица	Бр.часова	Наставник	Датум и време	Место наставе
12	Предавање: Исхрана и дијабетес (циљеви исхране оболелих од дијабетеса, дијетотерапија дијабетеса).	1	проф.др Власта Дамјанов	22.12.2011. 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	22.12.2011. 13.15-14.00	Медиц.факултет Амфитеатар
12	Вежбе: Функционална и антропометријска испитивања.	1	асистент мр. др Мирјана Милосављевић асистент мр. Др Драган Васиљевић	22.12.2011. 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
13	Предавање: Пирамида исхране ( препоруке Светске здравствене организације, као и препоруке ФДА).	1	проф.др Власта Дамјанов	29.12.2011. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар
13	Семинар: Правилник о нормативу друштвене исхране деце у установама за децу.	1	проф.др Власта Дамјанов	29.12.2011. 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	29.12.2011. 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

14	Предавање: 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).	1	проф.др Влада Дамјанов	12.01.2012. 12.30-13.15	Медиц.факултет 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 Влада Дамјанов	12.01.2012. 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	12.01.2012. 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 Влада Дамјанов	19.01.2012. 12.30-13.15	Медиц.факултет Амфитеатар
15	Семинар: Планирање исхране за активне спортисте.	1	проф.др Влада Дамјанов	19.01.2012. 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	19.01.2012. 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