**EGZAMIN TEORETYCZNY KIERUNEK DIETETYKA I STOPIEŃ – ZAGADNIENIA**

**ŻYWIENIE CZŁOWIEKA ZDROWEGO**

1. Przemiany energetyczne w organizmie człowieka. Podstawowa przemiana materii, całkowite zapotrzebowanie energetyczne.
2. Składniki pokarmowe - ich znaczenie w żywieniu człowieka, normy zapotrzebowania oraz główne źródła w żywności. Konsekwencje niedoboru i nadmiaru.

* białka,
* tłuszcze, kwasy tłuszczowe, cholesterol,
* węglowodany,
* błonnik pokarmowy,
* witaminy rozpuszczalne w wodzie,
* witaminy rozpuszczalne w tłuszczach,
* składniki mineralne,
* woda i elektrolity.

1. Podział produktów spożywczych na podstawowe grupy i ich charakterystyka.
2. Zasady prawidłowego żywienia w różnych okresach:

* zasady prawidłowego żywienia niemowląt,
* zasady żywienie dzieci w wieku poniemowlęcym, przedszkolnym i szkolnym,
* żywienie osób dorosłych zależnie od aktywności fizycznej,
* zasady żywienia kobiet ciężarnych i karmiących.
* zasady prawidłowego żywienia osób starszych

1. Zasady układania jadłospisów.
2. Metody oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia.

**DIETETYKA**

1. Zasady żywienia ludzi chorych. System dietetyczny w Polsce (nomenklatura diet szpitalnych) – normy żywienia, dzienna racja pokarmowa.
2. Dieta podstawowa - charakterystyka, modyfikacje diety.
3. Charakterystyka diety łatwo strawnej. Zadania i modyfikacje diety. Produkty zalecane i przeciwwskazane.
4. Charakterystyka i zastosowanie diety bogatoresztkowej. Produkty zalecane i przeciwwskazane. Zastosowanie diety w leczeniu zaparć nawykowych. Postępowanie dietetyczne w zaparciach atonicznych i spastycznych oraz zaburzeniach czynnościowych jelit.
5. Diety o zmienionej konsystencji – charakterystyka, zastosowanie. Żywienie dojelitowe i pozajelitowe.
6. Otyłość – epidemiologia, diagnostyka, leczenie. Postępowanie żywieniowe w leczeniu otyłości osób dorosłych, dzieci, kobiet ciężarnych i karmiących. Dieta pacjenta bariatrycznego.
7. Dna moczanowa – objawy, charakterystyka, postepowanie dietetyczne.
8. Cukrzyca typu 2 – diagnostyka i leczenie. Charakterystyka diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów. Indeks i ładunek glikemiczny. Czynniki wpływające na wielkość IG. Postepowanie dietetyczne w stanie przedcukrzycowym i cukrzycy.
9. Charakterystyka i zastosowanie diety łatwo strawnej ograniczającej wydzielanie soku żołądkowego. Produkty i potrawy dozwolone i przeciwwskazane Postepowanie dietetyczne w chorobie wrzodowej. Żywienie w okresie eradykacji *Helicobacter pylori*. Zasady żywienia w chorobie reflusowej żołądkowo-przełykowej (GERD).
10. Charakterystyka i zastosowanie diety łatwo strawnej z ograniczeniem tłuszczów. Produkty i potrawy dozwolone i przeciwwskazane Postepowanie dietetyczne w chorobach trzustki, wątroby i dróg żółciowych.
11. Żywienie w nieswoistych chorobach zapalnych jelit (zespól jelita nadwrażliwego, wrzodziejące zapalenie jelita grubego, choroba Leśniowskiego - Crohna – postępowanie żywieniowe w okresie aktywności choroby i remisji).
12. Żywienie w chorobach serca i naczyń. Dieta o kontrolowanej zawartości nasyconych kwasów tłuszczowych – charakterystyka, produkty zalecane i przeciwwskazane. Przeciwutleniacze w żywności.
13. Zespól metaboliczny – diagnostyka, postepowanie żywieniowe.
14. Charakterystyka i zastosowanie diety łatwo strawnej niskobiałkowej. Produkty zalecane i przeciwwskazane. Zasady żywienia w chorobach nerek przebiegających z niewydolnością w okresie leczenia zachowawczego.
15. Charakterystyka i zastosowanie diety łatwo strawnej bogatobiałkowej. Produkty zalecane i przeciwskazane. Postępowanie dietetyczne u chorych dializowanych. Zasady żywienia po przeszczepie nerki.
16. Kamica nerkowa – charakterystyka, postepowanie żywieniowe.
17. Zasady żywienia w niedokrwistości z różnych przyczyn.

**OCENA TOWAROZNAWCZA ŻYWNOŚCI**

1. Klasyfikacja i znakowanie żywności, dodatki do żywności, zanieczyszczenia w żywności.
2. Ocena jakości mleka i przetworów mlecznych.
3. Ocena jakości mięsa, drobiu, ryb, owoców morza i ich przetworów.
4. Ocena jakości tłuszczów spożywczych.
5. Ocena jakości produktów zbożowych (pieczywo, makarony, mąki, kasze).
6. Ocena towaroznawcza produktów węglowodanowych (cukier, miód, wyroby cukiernicze).
7. Ocena towaroznawcza owoców i warzyw oraz ich przetworów.
8. Ocena towaroznawcza koncentratów spożywczych i używek (herbata, kawa, kakao).