

Zagadnienia na egzamin dyplomowy studia pierwszego stopnia maj 2016

1. Co to jest wartość odżywcza żywności? Czynniki wpływające na wartość odżywczą produktów spożywczych i posiłków.
2. Zastosowanie tabel (baz danych o) wartości odżywczej żywności.
3. Zasady zamienności produktów spożywczych.
4. Składniki odżywcze stanowiące elementy budowy tkanek i biologicznie czynnych związków ustroju człowieka.
5. Znaczenie białek w żywieniu człowieka i ich funkcje w organizmie.
6. Znaczenie węglowodanów w żywieniu człowieka i ich funkcje w organizmie.
7. Wpływ fruktozy na gospodarkę lipidową.
8. Wpływ błonnika pokarmowego na gospodarkę lipidową i poziom glukozy we krwi.
9. Rodzaje kwasów tłuszczowych i ich wpływ na zdrowie.
10. Znaczenie nienasyconych kwasów tłuszczowych w żywieniu człowieka i ich funkcje w organizmie.
11. Znaczenie witamin w żywieniu człowieka i ich funkcje w organizmie. Na przykładzie witaminy D omówić znaczenie fizjologiczne.
12. Omówić wspólne działanie witamin C, E i β -karotenu ?
13. Znaczenie składników mineralnych w żywieniu człowieka; na przykładzie wapnia i żelaza podać objawy ich nadmiaru i niedoboru w diecie.
14. Co to jest biodostępność składników odżywczych; na wybranym przykładzie omówić czynniki wpływające na biodostępność składników mineralnych.
15. Rola składników mineralnych w zachowaniu równowagi kwasowo-zasadowej
16. Skutki niedoboru i nadmiaru wody w organizmie.
17. Substancje bioaktywne. Na wybranym przykładzie omówić rolę i znaczenie w prewencji chorób przewlekłych.
18. Substancja antyżywniowe; na wybranych przykładach omówić ich znaczenie.
19. Zasady stosowania zgodnie z przepisami prawa), stosowania dodatków (substancji dodatkowych) do żywności.
20. Podać przykłady dodatków do żywności/grup dodatków, których stosowanie w produkcji żywności może wpływać na zmiany wartości odżywczej produktów spożywczych.
21. Pojęcie żywności funkcjonalnej. Typowe składniki żywności funkcjonalnej.
22. Co to są środki spożywcze specjalnego przeznaczenia żywieniowego?; rodzaje, zastosowanie.
23. Znaczenie pojęcia: suplement diety. Typowe składniki suplementów diety.

24. W jakich okolicznościach można/należy rozważyć wprowadzenie do diety suplementów diety.
25. Zalecenia dla suplementacji Mg i Ca.
26. Żywność ekologiczna; wymienić cechy potencjalnie różniące surowce ekologiczne od otrzymywanych metodami konwencjonalnymi.
27. W jaki sposób należy przechowywać produkty spożywcze i przygotowywać potrawy, aby ograniczyć straty witamin?
28. Jaki wpływ na wartość odżywczą żywności mają procesy technologiczne obróbki żywności.
29. Co to jest ergonomia, przykłady rozwiązań ergonomicznych i nieergonomicznych w zakładach produkujących żywność.
30. Jakich obszarów dotyczą przepisy BHP w gastronomii?
31. Obowiązujące systemy bezpieczeństwa żywności w świetle przepisów Unii Europejskiej i krajowych.
32. Jakich obszarów dotyczy GHP (Dobra Praktyka Higieniczna) i GMP (Dobra Praktyka Produkcyjna) w zakładach produkujących żywność?
33. Na czym polega innowacyjność systemu HACCP w porównaniu do tradycyjnych metod zapewnienia bezpieczeństwa żywności?
34. Wymienić organy urzędowej kontroli żywności i omówić kompetencje dwóch z nich.
35. Jak należy spełnić warunki przy pobieraniu próbek żywności w zakładach żywienia zbiorowego zamkniętego.
36. Omówić systemy produkcji żywności w cateringu.
37. Informacje zamieszczane na etykietach żywności - znaczenie dla planowania diety osoby zdrowej i chorej.
38. Informacje obowiązkowe i dobrowolne na opakowaniu żywności jako źródło informacji dla konsumentów zwiększające racjonalność wyborów żywieniowych.
39. Metody upowszechniania wiedzy o żywieniu.
40. Informacje podawane na etykietach żywności jako narzędzie edukacji żywieniowej.
41. Budowa, podział i funkcje przewodu pokarmowego i układu pokarmowego.
42. Na czym polega i jak się odbywa proces wchłaniania składników odżywczych.
43. Proces trawienia i wchłaniania tłuszczów.
44. Proces trawienia i wchłaniania węglowodanów.
45. Proces trawienia i wchłaniania białek.
46. Rola wątroby i trzustki w procesie trawienia pożywienia.
47. Omówić stosowane w Polsce poziomy norm na energię i składniki odżywcze.
48. Normy na węglowodany i tłuszcze dla populacji polskiej.
49. Diety przemysłowe: podział, zastosowanie.
50. Czynniki wpływające na podstawową i całkowitą przemianę energii w organizmie.

51. Rodzaje niedożywienia. Podstawowe różnice pomiędzy różnymi rodzajami niedożywienia.
52. Racje pokarmowe i ich zastosowanie w planowaniu żywienia zbiorowego.
53. Metody oceny sposobu żywienia, krótka charakterystyka, zastosowanie.
54. Wady i zalety oceny sposobu żywienia metodą ankietową.
55. Zasady przeprowadzania wywiadu o spożyciu żywności w ciągu ostatnich 24 godzin.
56. Metody oceny stanu odżywienia, krótka charakterystyka, zastosowanie.
57. Wskaźniki stanu odżywienia stosowane do oceny zaburzeń masy ciała.
58. Zasady oceny stanu odżywienia stosowane w populacji dziecięcej i dorosłych.
59. Zasady racjonalnego żywienia człowieka zdrowego.
60. Żywieniowa profilaktyka chorób dietozależnych.
61. Żywieniowa profilaktyka otyłości.
62. Żywieniowa profilaktyka miażdżycy.
63. Żywieniowa profilaktyka choroby niedokrwiennej serca.
64. Żywieniowa profilaktyka zaburzeń mineralizacji kości.
65. Jakość zdrowotna żywności i jej uwarunkowania.
66. Organizacja i zasady żywienia dzieci w żłobkach.
67. Prawidłowa organizacja żywienia dzieci w przedszkolu. Kto odpowiada za układanie jadłospisów?
68. Zasady żywienia i zalecenia żywieniowe dla dzieci w wieku przedszkolnym.
69. Problemy organizacyjne związane z żywieniem dzieci w szkołach.
70. Czynniki wpływające na organizację żywienia w szpitalach. Rola dietetyka w szpitalu.
71. Leczenie żywieniowe: na czym polega, kiedy stosujemy
72. Najczęstsze błędy żywieniowe młodzieży w wieku gimnazjalnym.
73. Konsekwencje niedoboru/nadmiaru witamin i składników mineralnych w okresie ciąży.
74. Zasady żywienia kobiet w okresie laktacji.
75. Wzrost zapotrzebowania na składniki odżywcze w czasie ciąży.
76. Prawidłowe przyrosty masy ciała w czasie ciąży u kobiet o różnym stanie odżywienia.
77. Konsekwencje wynikające z niedoboru witamin i składników mineralnych w czasie ciąży.
78. Konsekwencje wynikające z nadmiaru niektórych witamin w czasie ciąży.
79. Postępowanie żywieniowe w porannych nudnościach i wymiotach.
80. Postępowanie żywieniowe w zaparciach towarzyszących ciąży.
81. Bezpieczeństwo spożywania wybranych produktów i potraw w czasie ciąży.
82. Zasady żywienia w ciąży mnogiej.
83. Korzyści karmienia piersią.
84. Zaburzenia gospodarki wapniowo- fosforanowej; osteoporoza: przyczyny osteoporozy typu I i II, skutki, następstwa zdrowotne.

85. Czynniki żywieniowe i elementy stylu życia zwiększające ryzyko rozwoju osteoporozy. Charakterystyka i zastosowanie w poradnictwie żywieniowym diety śródziemnomorskiej.
86. Wady i zalety różnych form wegetariańskiego sposobu żywienia oraz możliwości jego stosowania w praktyce dietetycznej.
87. Wskaźniki stanu odżywienia na które należy zwrócić uwagę u osób stosujących różne rodzaje diet bezmięsnych.
88. Diety o niskim indeksie glikemicznym i ich zastosowanie w profilaktyce i terapii chorób dietozależnych.
89. Diety niskowęglowodanowe – rodzaje, charakterystyka, racjonalna ocena w świetle zasad prawidłowego odżywiania.
90. Diety wysokobiałkowe – rodzaje, charakterystyka, racjonalna ocena w świetle zasad prawidłowego odżywiania.
91. Możliwe skutki zdrowotne przy krótko- i długotrwałym stosowaniu niebilansowanych diet alternatywnych.
92. Diety o niskim indeksie glikemicznym i ich zastosowanie w profilaktyce i terapii chorób dietozależnych.
93. Lipoproteiny. Rodzaje, budowa, funkcje.
94. Glikoliza. Bilans chemiczny i energetyczny. Jakich warunków wymaga ten ważny szlak kataboliczny?
95. Żywnienie kliniczne jako istotny element terapii (definicja, podziały, ogólne zasady).
96. Żywnienie pozajelitowe (definicja, podział, wskazania, ogólne zasady).
97. Znaczenie diety w zespole metabolicznym
98. Główne założenia diety w chorobie wrzodowej żołądka i dwunastnicy.
99. Postępowanie dietetyczne w ostrym zapaleniu trzustki.
100. Objawy cukrzycy. Zalecenie dietetyczne dla pacjentów z cukrzycą typu 1 i typu 2.
101. Objawy i postępowanie w hipoglikemii.
102. Zalecenia żywieniowe dla chorych hemodializowanych.
103. Sposoby radzenia sobie z pragnieniem (rady dla pacjentów z ograniczeniem płynów w diecie).
104. Zasady bilansu płynów.
105. Postępowanie dietetyczne w zaparciach atonicznych i spastycznych.
106. Zalecenia dietetyczne w ostrej bieguncie.
107. Otyłość: przyczyny, typy, skutki zdrowotne na tle zaburzenia funkcjonowania różnych narządów/układów w organizmie człowieka oraz funkcji społecznych.
108. Zalecenia żywieniowe po operacjach bariatrycznych.
109. Żywnienie dietetyczne w celiakii.

110. Zaburzenia w stanie odżywienia u chorych po resekcji trzustki oraz pęcherzyka żółciowego.
111. Zasady żywienia w alergii pokarmowej i nietolerancji
112. Żywność dietetyczna w chorobach układu moczowego
113. Zalecenia dietetyczne dla chorych dializowanych.
114. Żywność dietetyczna w zespole jelita nadwrażliwego, zależnie od postaci.
115. Żywność dietetyczna w chorobach układu krążenia.
116. Żywność dietetyczna w wybranych chorobach neurologicznych.
117. Żywność w wybranych chorobach nowotworowych.