ZAGADNIENIA DO EGZAMINU DYPLOMOWEGO (magisterskie)

1.Społeczno kulturowe uwarunkowania zachowań żywieniowych

- Zachowania żywieniowe – definicje i różnice między zachowaniem, nawykiem, zwyczajem, wzorem żywieniowym i nałogiem; przykłady praktyczne.
- Historyczne uwarunkowania polskiej kuchni – rozwój polskiej kuchni narodowej, tradycyjne produkty i potrawy oraz przemiany sposobu żywienia.
- Migracje a żywienie – wpływ migracji na zmianę sposobu żywienia, adaptację kulinarną, zachowanie tradycji i powstawanie kuchni hybrydowych.
- Religia a sposób żywienia – zasady koszerności, dieta halal, posty i zakazy pokarmowe oraz ich znaczenie kulturowe i zdrowotne.
- Tabu pokarmowe – źródła tabu, ich znaczenie religijne, społeczne i kulturowe oraz wpływ na sposób żywienia.
- Turystyka kulinarna – rola lokalnej żywności, tradycji i dziedzictwa kulinarnego w wyborach konsumentów.

2. Diety niekonwencjonalne i trendy żywieniowe

- Historia diet odchudzających – najważniejsze kierunki rozwoju diet redukcyjnych; powtarzające się mechanizmy, deklarowane korzyści i potencjalne zagrożenia.
- Diety LCD i VLCD – definicje, wartość energetyczna, wskazania, przeciwwskazania, możliwe korzyści, działania niepożądane i konieczność nadzoru specjalisty.
- Głodówki i posty – wpływ na metabolizm, masę i skład ciała; ryzyko niedoborów, utraty masy mięśniowej i efektu kompensacyjnego.
- Flexitarianizm – zasady ograniczania mięsa, potencjalne korzyści zdrowotne i środowiskowe oraz warunki prawidłowego bilansowania diety.
- Alternatywy produktów zwierzęcych – roślinne zamienniki mięsa, alternatywne źródła białka i owady; wartość odżywcza, stopień przetworzenia, bezpieczeństwo i akceptacja konsumencka.

3. Nutrisensoryka

- Funkcjonowanie zmysłów – rola smaku, węchu, wzroku, słuchu i dotyku w odbiorze żywności; integracja bodźców sensorycznych.
- Składniki pokarmowe a sytość – wpływ białka, tłuszczu, węglowodanów, błonnika, objętości i gęstości energetycznej pokarmu na regulację spożycia.
- Chronożywienie – znaczenie pory spożywania posiłków, rytmu dobowego i regularności żywienia dla apetytu i metabolizmu.
- Sytość sensorycznie specyficzna – mechanizm zmniejszania atrakcyjności aktualnie spożywanego produktu; wpływ różnorodności posiłku na ilość spożytej żywności.
- Marketing sensoryczny – wykorzystywanie koloru, zapachu, dźwięku, opakowania, ekspozycji i otoczenia do kształtowania zachowań konsumenta.

4. Technologia potraw w dietetyce

- Wpływ przetwarzania na żywność – zmiany wartości odżywczej, biodostępności składników, strawności, tekstury, barwy, smaku i zapachu podczas obróbki.
- Produkty białkowe – budowa i skład mięsa, mleka, przetworów mlecznych i jaj; zmiany białek podczas ogrzewania oraz dobór właściwej obróbki cieplnej.

- Produkty węglowodanowe – charakterystyka cukru, syropów cukrowych i miodu; ich właściwości technologiczne i możliwości ograniczania zawartości cukrów w potrawach.
- Skrobia i substancje zagęszczające – kleikowanie, pęcznienie i właściwości strukturotwórcze skrobi; zastosowanie innych zagęstników i hydrokoloidów.

5. Marketing i zarządzanie w dietetyce

- Podstawowe pojęcia marketingu – geneza, cele i funkcje marketingu oraz marketing klasyczny, nowoczesny i instrumentalny.
- Marketing mix – produkt, cena, dystrybucja i promocja; rozszerzony model dla usług obejmujący również personel, proces i świadectwo materialne.
- Promocja i komunikacja – reklama, public relations, edukacja, rekomendacje, komunikacja internetowa i media społecznościowe.
- Budowanie wizerunku – spójność komunikacji, wiarygodność, etyka, identyfikacja wizualna i reputacja placówki.
- Marketing cyfrowy – strona internetowa, media społecznościowe, treści edukacyjne i planowanie działań online.
- Plan marketingowy – analiza sytuacji, określenie grupy docelowej, cele, strategia produktu, ceny, promocji i dystrybucji oraz ocena efektów.

6. Suplementy diety

- Definicja suplementu diety – różnice między suplementem, lekiem i żywnością specjalnego przeznaczenia.
- Klasyfikacja suplementów – podział według składu, przeznaczenia i grupy odbiorców. Regulacje prawne – zasady wprowadzania suplementów do obrotu, oznakowanie, reklama i odpowiedzialność producenta.
- Oświadczenia żywieniowe i zdrowotne – warunki stosowania oraz rozpoznawanie komunikatów niedozwolonych lub wprowadzających w błąd.
- Bezpieczeństwo suplementacji – dawka, czas stosowania, interakcje, przeciwwskazania, ryzyko kumulacji i przedawkowania.
- Suplementy wspomagające redukcję masy ciała – deklarowane mechanizmy, skuteczność i działania niepożądane.
- Interakcje ziół i suplementów z lekami – możliwość zmiany wchłaniania, metabolizmu i działania leków.
- Suplementacja sportowców – preparaty o potwierdzonym i niepotwierdzonym działaniu, bezpieczeństwo oraz ryzyko zanieczyszczenia środkami niedozwolonymi.
- Suplementy w chorobach układu krążenia – ocena potencjalnych korzyści i zagrożeń oraz znaczenie interakcji z leczeniem.
- Suplementy w zaburzeniach gospodarki węglowodanowej – wpływ na glikemię, insulinooporność i ryzyko interakcji z lekami przeciwcukrzycowymi.

7. Utrwalanie i przechowywanie żywności

- Cele utrwalania żywności – przedłużanie trwałości, zapewnienie bezpieczeństwa oraz ograniczenie zmian jakościowych i odżywczych.
- Czynniki powodujące psucie żywności – drobnoustroje, enzymy, utlenianie, światło, temperatura, wilgotność i uszkodzenia mechaniczne.
- Konwencjonalne metody utrwalania – chłodzenie, zamrażanie, pasteryzacja, sterylizacja, suszenie, solenie, cukrzenie, wędzenie i fermentacja.

- Nowoczesne metody utrwalania – nowe technologie ograniczające rozwój drobnoustrojów i zmiany jakości żywności.
- Tradycyjne metody domowe – kiszenie, marynowanie, pasteryzacja, suszenie i inne sposoby ograniczania marnowania żywności.
- Mleko i przetwory mleczne – pasteryzacja, sterylizacja UHT, opakowania, warunki przechowywania i zmiany wartości odżywczej.
- Sery i koncentraty mleczne – produkcja, dojrzewanie, opakowania, wymagania jakościowe i warunki przechowywania.
- Mięso i przetwory mięsne – elementy handlowe, wędliny, konserwy, produkty paczkowane, terminy przydatności i zmiany przechowalnicze.
- Opakowania żywności – funkcje ochronne, informacyjne i użytkowe; dobór opakowania do rodzaju produktu.
- Materiały do kontaktu z żywnością – bezpieczeństwo, migracja substancji oraz wymagania jakościowe.
- Nowoczesne opakowania – opakowania biodegradowalne, ekologiczne, aktywne i inne nowe rozwiązania.

8. Zasady i organizacja żywienia zbiorowego

- Żywienie zbiorowe zamknięte – definicja, cele, rodzaje placówek i odpowiedzialność za żywienie określonej grupy.
- Organizacja żywienia w szpitalu – struktura działu żywienia, zadania personelu, lokalizacja, wyposażenie i systemy dystrybucji posiłków.
- Catering szpitalny – systemy zewnętrzne i wewnętrzne, ich zalety, wady oraz wpływ na jakość i bezpieczeństwo posiłków.
- Żywienie w wojsku – specyfika organizacji, zapotrzebowanie różnych grup i zadania pionu żywieniowego.
- Żywienie w DPS – potrzeby osób starszych i przewlekle chorych, organizacja posiłków i kalkulacja kosztów.

9. Żywność specjalna i funkcjonalna

- Żywność funkcjonalna – definicja, cechy, podział oraz różnice między żywnością konwencjonalną, wzbogacaną i suplementem diety.
- Kryteria funkcjonalności produktu – obecność składnika aktywnego, odpowiednia dawka, udokumentowane działanie i bezpieczeństwo.
- Składniki bioaktywne – mechanizmy działania, biodostępność, wpływ na funkcje organizmu i znaczenie dla profilaktyki.
- Fitosterole – źródła, mechanizm wpływu na wchłanianie cholesterolu, wskazania i ograniczenia stosowania.
- Błonnik pokarmowy – frakcje, właściwości fizjologiczne i wpływ na przewód pokarmowy, glikemię oraz gospodarkę lipidową.
- Beta-glukany – źródła, mechanizm działania i warunki uzyskania deklarowanego efektu zdrowotnego.
- Żywność bezglutenowa – wskazania medyczne, skład, ryzyko niedoborów i ocena jakości produktów bezglutenowych.
- Żywność ekologiczna – zasady produkcji, oznakowanie oraz ocena różnic względem żywności konwencjonalnej.
- Żywność funkcjonalna w sporcie – produkty przeznaczone do stosowania przed wysiłkiem, podczas wysiłku i w regeneracji.

10. Demografia i epidemiologia żywienia

- Cele badań epidemiologicznych
- Główne miary epidemiologiczne: chorobowość, zachorowalność (zapadalność), umieralność, śmiertelność
- Jakie czynniki mają wpływ na wielkość wskaźnika chorobowości?
- Typy badań naukowych, ich zalety i wady
- Wykorzystanie wskaźników OR i RR w interpretacji wyników badań epidemiologicznych
- Teoria przejścia demograficznego
- Normy spożycia wykorzystywane w ocenie wyników badań epidemiologicznych
- Najważniejsze badania epidemiologiczne, które miały wpływ na rozwój wiedzy na temat czynników ryzyka chorób sercowo-naczyniowych
- Najważniejsze badania epidemiologiczne, w których badano sposób żywienia populacji polskiej

11. Fizjologia żywienia człowieka

- Anatomia czynnościowa i fizjologia jamy ustnej i przełyku (budowa, funkcje, wydzielanie).
- Anatomia czynnościowa i fizjologia żołądka (budowa, funkcje, wydzielanie żołądkowe).
- Anatomia czynnościowa i fizjologia jelita cienkiego i grubego (budowa, funkcje, wydzielanie i wchłanianie)
- Anatomia i fizjologia wątroby i trzustki (budowa, wydzielanie trzustkowe, czynności wątroby; budowa pęcherzyka żółciowego, wydzielanie żółci i skład żółci).
- Podstawy motoryki przewodu pokarmowego (żucie, połykanie, motoryka przełyku i żołądka, czynniki wpływające na tempo opróżniania żołądka).
- Charakterystyka i metabolizm białek oraz aminokwasów (budowa, trawienie i wchłanianie, synteza i degradacja, metabolizm azotu, cykl mocznikowy, zapotrzebowanie na białko, metabolizm w głodzeniu i otyłości, rola mięśni i mikrobioty).
- Charakterystyka i metabolizm lipidów (budowa, trawienie i wchłanianie, lipoproteiny i chylomikrony, lipemia poposiłkowa, aterogeneza, aktywność fizyczna a metabolizm lipidów, β-oksydacja, biosynteza kwasów tłuszczowych i cholesterolu, eikozanoidy).
- Charakterystyka i metabolizm węglowodanów (charakterystyka chemiczna, trawienie i wchłanianie, źródła pokarmowe, funkcje w organizmie, rozkład glikogenu, utlenianie glukozy, zapotrzebowanie).
- Witaminy i składniki mineralne (witaminy rozpuszczalne w tłuszczach i wodzie; elektrolity i pierwiastki śladowe; znaczenie dla ustroju i wchłanianie).
- Fizjologia nerek (funkcje nerek, wchłanianie zwrotne i wydzielanie kanalikowe, zagęszczanie i wydalanie moczu, wybrane zagadnienia kliniczne).
- Płyny ustrojowe i gospodarka wodno-elektrolitowa (regulacja pobierania wody, rozmieszczenie wody i elektrolitów, bilans wodny, odwodnienie i przewodnienie)
- Gospodarka elektrolitowa i równowaga kwasowo-zasadowa (regulacja bilansu sodu, potasu, chloru i magnezu; kwasica i zasadowica metaboliczna oraz oddechowa).
- Funkcja ochronna przewodu pokarmowego (przeciwciała, GALT, bariera jelitowa, wpływ niedożywienia i braku podaży pokarmu na odporność)

- Regulacja pobierania pokarmu (mechanizmy regulacyjne, głód, sytość).
- Tkanka tłuszczowa jako narząd endokrynny (fizjologia i funkcje białej i brunatnej tkanki tłuszczowej, adipokiny i ich wpływ na bilans energetyczny).

Żywienie w chirurgii i onkologii

1. Miejsce i znaczenie leczenia żywieniowego w chirurgii.
2. Przesiewowa i szczegółowa ocena stanu odżywienia pacjenta chirurgicznego.
3. Konsekwencje niedożywienia u pacjenta chirurgicznego, w tym wpływ na gojenie ran i przebieg leczenia.
4. Zasady programu ERAS w zakresie postępowania żywieniowego przed i po zabiegu operacyjnym.
5. Prehabilitacja pacjenta chirurgicznego – definicja, cele i znaczenie interwencji żywieniowej.
6. Żywienie doustne, dojelitowe i pozajelitowe – wskazania, przeciwwskazania i podstawowe zasady wyboru drogi żywienia.
7. Preparaty stosowane w żywieniu dojelitowym – rodzaje i zasady doboru.
8. Żywienie pozajelitowe – podstawowe składniki mieszanin i zasady stosowania.
9. Dostępy do żywienia dojelitowego: zgłębnik nosowo-żołądkowy, nosowo-jelitowy, gastrostomia i jejunostomia.
10. Miejsce i znaczenie leczenia żywieniowego w kompleksowym leczeniu pacjenta onkologicznego.
11. Przesiewowa i szczegółowa ocena stanu odżywienia pacjenta onkologicznego.
12. Niedożywienie w chorobie nowotworowej – przyczyny, występowanie, rozpoznanie i znaczenie kliniczne.
13. Kacheksja nowotworowa – mechanizmy rozwoju, mediatory zapalne i różnice w stosunku do prostego niedożywienia.
14. Zmiany wydatku energetycznego oraz metabolizmu białek, tłuszczów i węglowodanów w chorobie nowotworowej.
15. Zasady leczenia żywieniowego pacjenta z niedożywieniem i kacheksją nowotworową.
16. Specyfika żywienia dojelitowego i pozajelitowego u dzieci i osób starszych leczonych onkologicznie.
17. Aktualny stan wiedzy dotyczący wpływu sztucznego żywienia na rozwój i progresję choroby nowotworowej.
18. Wywiad dietetyczny u pacjenta onkologicznego – zakres i praktyczna ocena spożycia energii, białka i płynów.
19. Postępowanie żywieniowe podczas chemioterapii w przypadku nudności, wymiotów, jadłowstrętu i zaburzeń smaku.
20. Postępowanie żywieniowe w przypadku biegunek i zaparć związanych z leczeniem przeciwnowotworowym.
21. Zasady zwiększania wartości energetycznej i odżywczej diety oraz zastosowanie doustnych suplementów pokarmowych (ONS).
22. Żywienie podczas radioterapii obszaru głowy i szyi – dysfagia, odynofagia, zapalenie błon śluzowych, suchość jamy ustnej i zaburzenia smaku.
23. Żywienie podczas radioterapii jamy brzusznej i miednicy – biegunka, zaburzenia wchłaniania, odwodnienie i zaburzenia elektrolitowe.
24. Leczenie żywieniowe oraz prehabilitacja przed zabiegami chirurgii onkologicznej.
25. Żywienie pacjenta po częściowej i całkowitej gastrektomii, w tym dumping syndrome i ryzyko niedoborów pokarmowych.

26. Żywienie pacjenta po pankreatoduodenektomii, w tym znaczenie zewnątrzwydzielniczej niewydolności trzustki i enzymoterapii.
27. Żywienie pacjenta z ileostomią i kolostomią – najważniejsze różnice, ryzyko odwodnienia i postępowanie przy dużej utracie treści jelitowej.
28. Żywienie pacjentów po zabiegach onkologicznych w obrębie głowy i szyi.
29. Powikłania żywienia dojelitowego – powikłania mechaniczne, żołądkowo-jelitowe i infekcyjne oraz ich profilaktyka.
30. Powikłania żywienia pozajelitowego – powikłania metaboliczne, infekcyjne i związane z dostępem naczyniowym.
31. Zespół ponownego odżywienia – czynniki ryzyka, objawy, profilaktyka i zasady bezpiecznego rozpoczynania żywienia.
32. Ocena skuteczności leczenia żywieniowego oraz znaczenie edukacji, motywowania pacjenta, aspektów psychicznych niedożywienia i jakości życia.

12. Praktyka śródroczna w szpitalu

- Postępowanie żywieniowe u pacjentów chorujących na nadciśnienie tętnicze.
- Podstawowe zalecenia żywieniowe w nadciśnieniu płucnym.
- Zasady oceny stanu odżywienia u pacjentów hospitalizowanych.
- Interakcje leków kardiologicznych z żywnością.
- Charakterystyka i zastosowanie diety Portfolio jako element wsparcia leczenia chorób sercowo-naczyniowych.
- Postępowanie żywieniowe u pacjentów z zaburzeniami lipidowymi.
- Zalecenia żywieniowe u pacjentów z niewydolnością serca.
- Dietoprofilatyka chorób sercowo-naczyniowych.
- Prehabilitacja u pacjentów kardiologicznych.
- Charakterystyka ryzyka niedożywienia u pacjentów kardiologicznych.

13. Żywienie w Hepatologii, Nefrologii i Endokrynologii

NEFROLOGIA

- Zasady postępowania żywieniowego w przewlekłej chorobie nerek w zależności od stadium zaawansowania (G1-G5).
- Rola diet niskobiałkowych (LPD) i bardzo niskobiałkowych (VLPD) w spowalnianiu progresji przewlekłej choroby nerek.
- Znaczenie diet opartych na produktach roślinnych w nefrologii klinicznej.
- Ocena stanu odżywienia i nawodnienia pacjenta z przewlekłą chorobą nerek.
- Interpretacja wyników badań laboratoryjnych u pacjenta nefrologicznego w planowaniu opieki żywieniowej.
- Postępowanie dietetyczne u pacjenta leczonego hemodializą.
- Postępowanie dietetyczne u pacjenta leczonego dializą otrzewnową.
- Żywienie pacjenta po transplantacji nerki oraz wpływ leczenia immunosupresyjnego na stan odżywienia.
- Niedożywienie białkowo-energetyczne u pacjentów z przewlekłą chorobą nerek: diagnostyka i postępowanie.
- Rola leczenia żywieniowego i żywienia dojelitowego w nefrologii klinicznej.

HEPATOLOGIA

- Ocena stanu odżywienia pacjenta z przewlekłą chorobą wątroby.
- Patomechanizmy niedożywienia w marskości wątroby i ich znaczenie kliniczne.
- Sarkopenia i zespół frailty u pacjentów z marskością wątroby.
- Dietoterapia w marskości wątroby.
- Postępowanie żywieniowe w encefalopatii wątrobowej.
- Interwencje żywieniowe w alkoholowej chorobie wątroby (ALD).
- Leczenie żywieniowe pacjentów z niewydolnością wątroby.
- Żywienie okołooperacyjne chorego kwalifikowanego do transplantacji wątroby.
- Postępowanie dietetyczne po przeszczepieniu wątroby.
- Wskazania do żywienia dojelitowego i pozajelitowego w chorobach wątroby.

ENDOKRYNOLOGIA

- Dietoterapia w zaburzeniach gospodarki węglowodanowej.
- Rola dietetyka w leczeniu pacjenta z cukrzycą typu 1 i typu 2.
- Interpretacja podstawowych badań laboratoryjnych wykorzystywanych w endokrynologii.
- Dietoterapia w niedoczynności tarczycy.
- Dietoterapia w nadczynności tarczycy.
- Żywienie pacjentów z chorobą Hashimoto w świetle aktualnych dowodów naukowych.
- Otyłość wtórna: przyczyny endokrynologiczne oraz zasady postępowania dietetycznego.
- Opieka żywieniowa nad pacjentem leczonym agonistami receptora GLP-1/GIP.
- Dieta niskowęglowodanowa i post przerywany w leczeniu chorób metabolicznych – korzyści i ograniczenia.
- Indywidualizacja zaleceń żywieniowych u pacjentów z chorobami endokrynologicznymi.

14. Dietetyka kliniczna

- Ocena stanu odżywienia pacjenta – metody, interpretacja wyników i znaczenie kliniczne.
- Ocena zapotrzebowania energetycznego pacjenta – metody i zastosowanie kalorymetrii pośredniej.
- Niedożywienie związane z chorobą – rozpoznawanie, konsekwencje i zasady postępowania żywieniowego.
- Żywienie dojelitowe – wskazania, zasady prowadzenia i dobór diet przemysłowych.
- Rola dietetyka i współpraca interdyscyplinarna w zespole żywieniowym.
- Postępowanie dietetyczne w chorobie otyłościowej - leczenie zachowawcze, farmakologiczne, endoskopowe i chirurgiczne.
- Żywienie pacjenta przed i po operacji bariatrycznej - etapy postępowania i zapobieganie niedoborom żywieniowym.
- Zasady postępowania dietetycznego w alergiach i nietolerancjach pokarmowych.
- Dysfagia – diagnostyka, ocena stanu odżywienia i postępowanie żywieniowe.
- Modyfikacja konsystencji żywności w dysfagii – zasady i zastosowanie klasyfikacji IDDSI.
- Postępowanie żywieniowe w chorobie uchyłkowej jelita grubego.

- Postępowanie dietetyczne w zespole rozrostu bakteryjnego jelita cienkiego (SIBO).
- Żywienie pacjenta w stanie krytycznym - zaburzenia metaboliczne, sepsa i żywienie w OIT.
- Zasady żywienia w okresie okołooperacyjnym - znaczenie i elementy żywieniowe protokołu ERAS.
- Postępowanie żywieniowe w chorobach układu sercowo-naczyniowego.
- Interakcje leków z żywnością i suplementami diety - znaczenie w praktyce dietetyka.
- Żywienie w profilaktyce chorób nowotworowych - rola czynników żywieniowych i stylu życia.
- Ocena stanu odżywienia i postępowanie żywieniowe u pacjenta z chorobą nowotworową.
- Postępowanie żywieniowe podczas leczenia przeciwnowotworowego - chemioterapii, radioterapii i leczenia chirurgicznego.
- Zasady żywienia osób starszych z uwzględnieniem zmian fizjologicznych związanych ze starzeniem.
- Niedożywienie, sarkopenia i zespół kruchości u osób starszych - diagnostyka i postępowanie żywieniowe.
- Otyłość sarkopeniczna u osób starszych - rozpoznawanie i zasady postępowania dietetycznego.