

**Zarządzenie Nr 1/2022
z dnia 17 lutego 2022
Dziekana Wydziału Nauk o Zdrowiu**

**w sprawie wykazu zagadnień na egzamin dyplomowy
kierunku Dietetyka, studia pierwszego stopnia**

Działając na podstawie § 26 pkt. 5 Regulaminu Studiów Akademii Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu zarządzam, co następuje:

§ 1

Studentów kierunku DIETETYKA studia pierwszego stopnia, rozpoczynających naukę w roku akademickim 2021/2022 i realizujących program studiów zgodny z Uchwałą nr 36/2021 Senatu AWF w Poznaniu z dnia 16 marca 2021r. w sprawie ustalania programów i planów studiów dla kierunków prowadzonych w Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu, obowiązują następujące **ZAGADNIENIA NA EGZAMIN DYPLOMOWY KIERUNKU DIETETYKA, STUDIA PIERWSZEGO STOPNIA:**

Przedmioty podstawowe i ogólne

1. Podaj w jakich odcinkach przewodu pokarmowego i w jaki sposób odbywa się wchłanianie substancji odżywczych oraz opisz lokalizację, budowę i funkcję struktur wchłaniających składniki pokarmowe.
2. Opisz lokalizację, budowę oraz funkcję zewnątrzwydzielniczą i wewnątrzwydzielniczą trzustki.
3. Wymień podstawowe parametry hemodynamiczne – podaj ich definicje i wartości referencyjne.
4. Omów fizjologiczny mechanizm regulacji głodu i sytości (nerwowy i hormonalny).
5. Podstawowa przemiana materii – podaj definicję, wymień czynniki od jakich zależy.
6. W jaki sposób zawartość wody wpływa na cechy sensoryczne żywności.
7. Opisz procesy brązowienia nieenzymatycznego i enzymatycznego żywności.
8. Smak i zapach produktów żywnościowych. Zmiany wskutek przechowywania lub obróbki kulinarnej.
9. Wymień witaminy i inne związki chemiczne o działaniu antyoksydacyjnym i opisz w jaki sposób chronią żywność przed zepsuciem.
10. Opisz mechanizmy transportu przez błony biologiczne.

11. Fizjologiczne i patofizjologiczne aspekty gospodarki wodno-elektrolitowej u ludzi.
12. Struktura i funkcje białek w organizmie człowieka.
13. Pozyskiwanie energii w przemianach tlenowych i beztlenowych zachodzących w organizmie człowieka
14. Schemat postępowania w nagłym zatrzymaniu krążenia.
15. Temperament w koncepcji Eysenca a zachowania żywieniowe. Patomechanizmy niewłaściwych zachowań żywieniowych.
16. Style radzenia sobie ze stresem a zachowania żywieniowe.
17. Modele wyborów żywieniowych.
18. Wymień metody identyfikacji mikroorganizmów, a także czym jest posiew i jak go wykonać oraz podstawowe wymagania pokarmowe drobnoustrojów (skład podłoża hodowlanego).
19. Mikroorganizmy saprofityczne a patogenne. Podaj definicje, cechy wspólne i różniące te dwie grupy.
20. Wymień i scharakteryzuj pasożyty z grupy pierwotniaków, płazińców i nicieni, którymi zarazić się może człowiek drogą pokarmową.

Przedmioty kierunkowe

1. Od czego zależy całkowita przemiana materii, jak ustalić całodobowy wydatek energetyczny dla pacjenta.
2. Podaj jaki procent energii powinny pokrywać węglowodany w prawidłowo zbilansowanej diecie. Omów znaczenie i źródła pokarmowe węglowodanów w żywieniu człowieka.
3. Błonnik pokarmowy - czym jest, jakie ma znaczenie w żywieniu człowieka i w jakich produktach występuje. Podaj zalecenia spożycia błonnika pokarmowego wg Norm żywienia dla populacji polskiej.
4. Wyjaśnij co to jest białko pełnowartościowe. Omów zapotrzebowania człowieka na białka i wskaż ich źródła pokarmowe.
5. Wyjaśnij od czego zależy wartość odżywcza tłuszczów w żywieniu człowieka.
6. Wymień i omów czynniki wpływające na wartość odżywczą produktu żywnościowego.
7. Podaj definicję indeksu glikemicznego. Wymień czynniki wpływające na wartość indeksu glikemicznego produktów i potraw.
8. Omów znaczenie owoców i warzyw jako źródeł polifenoli w żywieniu człowieka.
9. Poziomy norm żywienia i ich zastosowanie (EAR, RDA, RI, AI, UL).
10. Struktura diety – wyjaśnij pojęcie i podaj zalecenia dotyczące podstawowej struktury diety dla osób na różnych etapach rozwoju ontogenetycznego.
11. Postępowanie dietetyczne w chorobach zależnych od glutenu.
12. Omów dietę bogatoresztkową, podaj przykłady jej zastosowania.
13. Omów dietę ubogoresztkową, podaj przykłady jej zastosowania.

14. Zasady układania jadłospisów.
15. Wymień grupy produktów spożywczych i omów znaczenie w żywieniu człowieka, jednej z wymienionych grup.
16. Podział i charakterystyka diet leczniczych.
17. W jakim celu dietetyk przeprowadza wywiad żywieniowy z pacjentem? Proszę podać kilka przykładów pytań zadawanych podczas wywiadu.
18. Podstawowe zasady diety redukcyjnej.
19. Anorexia nervosa i Bulimia nervosa – wskaźniki diagnostyczne i przebieg.
20. Zdefiniuj prebiotyki i probiotyki oraz omów ich znaczenie dla organizmu.
21. Czynniki wpływające na powstawanie akrylamidu w żywności i możliwości zmniejszenia ilości powstałych akryloamidów w produktach spożywczych.
22. Wymień i omów rodzaje diet wegetariańskich oraz przedstaw zasady prawidłowej diety wegetariańskiej.
23. Choroby cywilizacyjne – definicja, przykłady, czynniki ryzyka, profilaktyka.
24. Styl życia a choroby nowotworowe – definicja nowotworu, podział, czynniki ryzyka – omówienie żywieniowych czynników kancerogennych i działania ochronnego diety.
25. Objawy chorób układu krążenia, badania diagnostyczne, zalecenia dietetyczne.
26. Choroby metaboliczne – rodzaje; szersze omówienie chorób metabolicznych związanych ze stylem życia i nieprawidłową dietą.
27. Otyłość – definicja, diagnostyka, leczenie: nefarmakologiczne, farmakoterapia (wskazania, rodzaje leków), leczenie chirurgiczne – wskazania.
28. Suplementy diety – definicja, podział suplementów ze względu na skład i ze względu na przeznaczenie.
29. Omów zagadnienia związane z interakcją leków z żywnością i alkoholem (przykłady).
30. Scharakteryzuj pojęcia owoce klimakteryczne i nieklimakteryczne – podaj przykłady.
31. Omów wady pieczywa pochodzenia mikrobiologicznego.
32. Właściwości technologiczne oraz przemiany makroskładników odżywczych (białek, węglowodanów i tłuszczów) podczas procesów technologicznych.
33. Wykorzystanie fermentacji w technologii żywności.
34. Wymień produkty stosowane w diecie wegańskiej i scharakteryzuj ich wartość żywieniową.
35. Omów przyczyny wzbogacania żywności wprowadzanej na rynek, dokonaj podziału tego rodzaju żywności ze względu na jej przeznaczenie.
36. Co nazywa się dodatkiem do żywności (podaj przykład) i w jakim celu stosowane są substancje dodatkowe do żywności.
37. Wymień rodzaje diet wegetariańskich oraz przedstaw zasady prawidłowej diety wegetariańskiej.
38. Nowe źródła żywności i przyczyny ich poszukiwania.

39. Omów wybrany posiłek zgodny z założeniami diety laktoowovegetariańskiej.
40. Produkty i potrawy charakterystyczne dla wybranych regionów Polski.

Przedmioty specjalistyczne – Dietoprofilaktyka i Dietoterapia

1. Dieta stosowana w galaktozemii.
2. Fenylketonuria i zasady leczenia dietetycznego.
3. Diety eliminacyjne w chorobach uwarunkowanych metabolicznie.
4. Wymień preparaty stosowane w alergii na białka mleka krowiego i wskaż różnice między nimi.
5. W jakich produktach występują oligosacharydy; omów ich znaczenie w żywieniu człowieka.
6. Omów postępowanie dietetyczne w padaczce lekoopornej.
7. Zastosowanie diety ketogennej w leczeniu wybranych chorób neurodegeneracyjnych.
8. Postępowanie żywieniowe u dziecka ze spektrum autyzmu.
9. Postępowanie żywieniowe i dieta u osób z chorobą Alzheimera.
10. Zalecenia żywieniowe i aktywność fizyczna dla pacjentów z chorobą Parkinsona.
11. Postępowanie dietetyczne w operacji bariatrycznej.
12. Postępowanie dietetyczne w oparzeniach.
13. Prewencja i leczenie żywieniowe w nowotworach jelita grubego.
14. Leczenie dietetyczne w nowotworach górnego odcinka przewodu pokarmowego.
15. Przygotowanie do operacji i wsparcie żywieniowe po operacji chirurgicznej.
16. Dieta śródziemnomorska, DASH i MIND – założenia diet oraz możliwości ich wykorzystania w dietoprofilaktyce i dietoterpii.
17. Dieta Atkinsa, Kwaśniewskiego i Kopenhaska – zasady diet oraz ryzyko związane z ich stosowaniem.
18. Diety wysokobiałkowe – wymień i omów przykłady.
19. Zastosowanie głodówek w redukcji masy ciała. Wymień wady i zalety.
20. Rodzaje i celowość stosowania diet przemysłowych.
21. Dietetyczna i zdrowotna ocena wybranych produktów spożywczych.
22. Dobór produktów i technik kulinarnych oraz modyfikacja składników pokarmowych w profilaktyce i leczeniu wybranych chorób.
23. Produkty zalecane i przeciwwskazane w profilaktyce oraz leczeniu wybranych chorób.
24. Planowanie posiłków dietetycznych w profilaktyce i leczeniu wybranej przez siebie choroby.
25. Wskaż przykłady mierników zdrowia i jakości życia oraz omów ich przydatność w pracy dietetyka.
26. Nieswoiste zapalenia jelit i aspekty leczenia dietetycznego.

27. Wskaż i omów modyfikowalne oraz niemodyfikowalne czynniki ryzyka chorób cywilizacyjnych.
28. Wyjaśnij i wymień ważne elementy komunikacji niewerbalnej z klientem placówki dietetycznej.
29. Podaj wskazania dotyczące aktywności fizycznej dla młodzieży (5-18lat) / osób dorosłych (18-65lat) / osób starszych (65+) wg aktualnych wytycznych Światowej Organizacji Zdrowia.
30. Opisz czym jest Health-Related Fitness (sprawność powiązana ze zdrowiem).

Przedmioty specjalistyczne – Dietetyka sportowa

1. Omów najważniejsze zasady szybkiej odbudowy glikogenu mięśniowego u sportowców po długotrwałym i/lub intensywnym wysiłku fizycznym.
2. Omów rodzaj, czas i ilość białek spożywanych po treningu o charakterze siłowym w celu stymulacji syntezy białek mięśniowych.
3. Wymień i omów główne czynniki, które określają zapotrzebowanie na energię w treningu sportowców.
5. Omów czynniki, od których zależy wybór właściwego typu płynów stosowanych podczas treningu.
6. Wyjaśnij, jak dzieli się napoje sportowe pod względem osmolalności, podaj zakres osmolalności napojów izotonicznych oraz wymień główne czynniki wpływające na osmolalność napojów sportowych.
7. Omów metody kontroli nawodnienia sportowca.
8. Omów sytuacje, w których suplementacja sportowca preparatami zawierającymi antyoksydanty może być uzasadniona.
9. Omów zagrożenia wynikające ze stosowania diety wysokobiałkowej przez zawodników.
10. Podaj rekomendacje dotyczące spożycia tłuszczów dla osób, które trenują wyczynowo. Wymień najlepsze źródła pokarmowe tłuszczu dla sportowców.
11. Omów żywienie okołotreningowe sportowca, uwzględnij czas podania i indeks glikemiczny posiłków.
12. Scharakteryzuj klasyfikację wysiłków fizycznych opierając się na różnych kryteriach podziału.
13. Pułap tlenowy – podaj jego definicję, wymień czynniki od jakich zależy, omów metody jego oznaczania oraz jak na jego podstawie można ocenić wydolność fizyczną.
14. Omów fizjologiczny mechanizm zmian zmęczenia podczas wysiłków krótkotrwałych o dużej intensywności oraz podczas wysiłków długotrwałych.
15. Scharakteryzuj zmiany ilościowe i jakościowe podstawowych elementów morfotycznych krwi, hemoglobiny, liczby hematokrytowej oraz stężenia mleczanu we krwi pod wpływem wysiłku fizycznego o różnej intensywności.

16. Wymień i opisz rodzaje oraz fazy adaptacji organizmu człowieka do bodźców wysiłkowych.
17. Przedstaw i opisz drogi resyntezy ATP w organizmie człowieka w czasie wysiłku fizycznego.
18. Przedstaw podział głównych metod treningowych.
19. Dokonaj podziału kontroli procesu treningowego/efektów treningowych.
20. Wymień i opisz główne elementy struktury czasowej procesu treningowego.
21. Dziecko jest lub nie jest miniaturą człowieka dorosłego – uzasadnij swój pogląd w odniesieniu do zagadnień treningu sportowego.
22. Wymień i krótko opisz etapy procesu szkolenia sportowego wg koncepcji LTAD (Long Term Athlete Development).
23. Omów listę środków i metod zakazanych w sporcie.
24. Omów biomedyczne efekty stosowania steroidów anaboliczno-androgennych.
25. Omów dozwolone środki i metody wspomaganie w sporcie.
26. Omów kluczowe elementy racjonalnego modelu żywienia w aktywności fizycznej i treningu sportowym.
27. Możliwości zastosowania i wpływ diet alternatywnych na zdolności wysiłkowe sportowców.
28. Dobór produktów i technik kulinarnych oraz modyfikacja składników pokarmowych w diecie sportowca.
29. Podział urazów występujących w sporcie - postępowanie dietetyczne w okresie rehabilitacji sportowca.
30. Informacja oparta na dowodach naukowych – co oznacza w pracy dietetyka?

DZIEKAN
Wydział Nauk o Zdrowiu

prof. AWF or hab. Urszula Czerniak