

Zarządzenie Nr 1/2025
z dnia 30 stycznia 2025 r.
Dziekana Wydziału Nauk o Zdrowiu
Akademii Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu

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 studiów pierwszego stopnia, rozpoczynających naukę w roku akademickim 2024/2025 obowiązują następujące **ZAGADNIENIA NA EGZAMIN DYPLOMOWY KIERUNKU DIETETYKA, STUDIA PIERWSZEGO STOPNIA:**

Przedmioty podstawowe i ogólne

1. Podaj w jakich odcinkach przewodu pokarmowego wchłanianie są węglowodany, białka i tłuszcze. Omów proces trawienia węglowodanów.
2. Opisz lokalizację, budowę oraz funkcję zewnątrzwydzielniczą i wewnątrzwydzielniczą trzustki.
3. Wymień podstawowe wskaźniki 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 warunkujące poziom podstawowej przemiany materii.
6. W jaki sposób zawartość wody wpływa na cechy sensoryczne żywności.
7. Opisz procesy brązowienia enzymatycznego i nieenzymatycznego żywności.
8. Smak i zapach produktów żywnościowych. Opisz zmiany zachodzące w trakcie przechowywania lub obróbki kulinarnej.
9. Wymień witaminy i inne związki chemiczne o działaniu antyoksydacyjnym. Opisz w jaki sposób chronią żywność przed zepsuciem.
10. Opisz mechanizmy transportu przez błony biologiczne.
11. Fizjologiczne i patofizjologiczne aspekty gospodarki wodno-elektrolitowej u człowieka.
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. Na czym polega synergizm i antagonizm działania witamin i składników mineralnych, podaj przykłady.
16. Style radzenia sobie ze stresem a zachowania żywieniowe.
17. Modele wyborów żywieniowych.
18. Wymień metody identyfikacji mikroorganizmów, a także wyjaśnij czym jest posiew i jak go wykonać oraz opisz 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. Podaj definicję całkowitej przemiany materii – jakie informacje od pacjenta musi uzyskać dietetyk, aby wyliczyć jego całkowity wydatek energetyczny. Wymień metody wyznaczania całodobowych wydatków energetycznych.
2. Omów źródła pokarmowe i znaczenie węglowodanów w żywieniu człowieka.
3. Błonnik pokarmowy - czym jest i jaką rolę pełni w żywieniu człowieka.
4. Od czego zależy wartość biologiczna białka. Podaj definicję białka pełnowartościowego.
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 spożywczych i potraw.
8. Wymień czynniki wpływające na biodostępność żelaza, omów dietetyczne sposoby zwiększania przyswajalności Fe w żywieniu człowieka.
9. Poziomy norm żywienia i ich zastosowanie (EAR, RDA, RI, AI, UL).
10. Podaj zalecenia, według Norm żywienia dla populacji polskiej, dotyczące udziału białek, kwasów tłuszczowych, cukrów prostych i błonnika w diecie osób zdrowych.
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. Wymień i omów podstawowe zasady układania jadłospisu.
15. Wymień grupy produktów spożywczych i omów ich znaczenie w żywieniu człowieka na przykładzie jednej z wymienionych grup.
16. Wymień rodzaje diet leczniczych.

8

17. W jakim celu dietetyk przeprowadza wywiad żywieniowy z pacjentem? Podaj kilka przykładów pytań zadawanych podczas wywiadu.
18. Podstawowe założenia i zasady diety redukcyjnej.
19. *Anorexia nervosa* i *Bulimia nervosa* – wskaźniki diagnostyczne i przebieg.
20. Podaj definicję probiotyku, zgodną z *World Health Organization* (WHO) i *Food and Agricultural Organization* (FAO) oraz wymień naturalne produkty probiotyczne.
21. Czynniki wpływające na powstawanie akrylamidu w żywności - omów możliwości jego redukcji w produktach spożywczych.
22. Wymień i omów rodzaje diet wegetariańskich oraz przedstaw podstawowe zasady prawidłowej diety wegetariańskiej.
23. Choroby cywilizacyjne – definicja, przykłady, czynniki ryzyka.
24. Podaj najnowszą definicję Zespołu Metabolicznego oraz zalecenia żywieniowe zapobiegające jego progresji.
25. Podaj definicję nowotworu, podział, czynniki ryzyka. Omów dietoterapię związaną z niedożywieniem chorych onkologicznych.
26. Choroby układu krążenia – objawy, diagnostyka, zalecenia żywieniowe.
27. Wymień żywieniowe czynniki wpływające na ryzyko zachorowania na nowotwór oraz składniki żywności o działaniu antykancerogennym (podaj przykład produktów obfitujących w związki antykancerogenne).
28. Otyłość – definicja; diagnostyka; leczenie: nefarmakologiczne, farmakoterapia (wskazania, rodzaje leków), leczenie chirurgiczne (wskazania).
29. Suplementy diety – definicja. Podział suplementów ze względu na skład i ze względu na przeznaczenie.
30. Omów zagadnienia związane z interakcją leków z żywnością i alkoholem (przykłady).
31. Scharakteryzuj pojęcia owoce klimakteryczne i nieklimakteryczne – podaj przykłady.
32. Omów wady pieczywa pochodzenia mikrobiologicznego.
33. Właściwości technologiczne oraz przemiany makroskładników odżywczych (białek, węglowodanów i tłuszczów) podczas procesów technologicznych.
34. Wykorzystanie procesu fermentacji w technologii żywności.
35. Omów wady i zalety diety wegańskiej.
36. Omów powody wzbogacania żywności wprowadzanej na rynek. Dokonaj podziału tego rodzaju żywności ze względu na jej przeznaczenie.
37. Dodatki do żywności – definicja i przykłady. W jakim celu stosowane są substancje dodatkowe do żywności?
38. Wymień metody oznaczania zawartości wody, białka, tłuszczów i sacharydów w surowcach i produktach stosowanych w przemyśle spożywczym.
39. Omów wybrany posiłek zgodny z założeniami diety laktoowo-wegetariańskiej.

40. Produkty i potrawy charakterystyczne dla poszczególnych regionów kulinarnych 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. Omów znaczenie w żywieniu człowieka oligosacharydów probiotycznych. Podaj przykład naturalnych produktów obfitujących w oligosacharydy.
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 Alzheimerera.
10. Zalecenia żywieniowe i aktywność fizyczna dla pacjentów z chorobą Parkinsona.
11. Postępowanie dietetyczne u pacjentów po przebytej 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. Omów zalecenia żywieniowe w przewlekłej chorobie nerek.
18. Czym się charakteryzuje dieta wysokobiałkowa, wymień jej rodzaje i zastosowanie.
19. Wymień wady i zalety stosowania głodówek w trakcie redukcji masy ciała.
20. Rodzaje i celowość stosowania diet przemysłowych.
21. Dietetyczna i zdrowotna ocena poszczególnych grup produktów spożywczych w kontekście ich wykorzystania do przygotowania posiłków dietetycznych dla osób chorych na cukrzycę typu I i II.
22. Dobór produktów i technik kulinarnych w profilaktyce i leczeniu nadciśnienia tętniczego i miażdżycy.
23. Produkty zalecane i przeciwwskazane w profilaktyce i leczeniu osteoporozy.
24. Planowanie posiłków dietetycznych w profilaktyce i leczeniu dny moczanowej.
25. Wskaż przykłady mierników zdrowia i jakości życia oraz omów ich przydatność w pracy dietetyka.
26. Nieswoiste zapalenia jelit i aspekty leczenia dietetycznego.
27. Zalecenia żywieniowe dla pacjentów z wyrównaną marskością wątroby.
28. Wyjaśnij i wymień ważne elementy komunikacji niewerbalnej z klientem placówki dietetycznej.

29. Podaj wskazania dotyczące aktywności fizycznej dla młodzieży (5-18 lat) / osób dorosłych (18-65 lat) / osób starszych (>65 lat) wg aktualnych wytycznych Światowej Organizacji Zdrowia.
30. Opisz czym jest Health-Related Fitness (sprawność powiązana ze zdrowiem).

Przedmioty specjalistyczne – Dietetyka sportowa

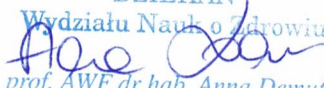
1. Omów najważniejsze zasady szybkiej odbudowy glikogenu mięśniowego u sportowców po długotrwałym i/lub intensywnym wysiłku fizycznym.
2. Omów rodzaj, czas i ilość białek spożywanych po treningu o charakterze siłowym w celu stymulacji syntezy białek mięśniowych.
3. Podaj czynniki zwiększające biodostępność białek dla organizmu sportowca.
4. 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 monitoringu stanu 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 spożycia, skład i indeks glikemiczny posiłków.
12. Scharakteryzuj klasyfikację wysiłków fizycznych opierając się na różnych kryteriach podziału.
13. Pułap tlenowy – podaj jego definicję, wymień czynniki, które go determinują, omów metody jego oznaczania oraz jak na jego podstawie można ocenić wydolność fizyczną.
14. Omów fizjologiczny mechanizm zmian zmęczeniowych 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 podział głównych metod treningowych.
18. Dokonaj podziału kontroli procesu treningowego/efektów treningowych.
19. Wymień i opisz główne elementy struktury czasowej procesu treningowego.
20. Dziecko jest lub nie jest miniaturą człowieka dorosłego – uzasadnij swój pogląd w odniesieniu do zagadnień treningu sportowego.

21. Wymień i krótko opisz etapy procesu szkolenia sportowego wg koncepcji LTAD (*Long Term Athlete Development*).
22. Omów listę środków i metod zakazanych w sporcie.
23. Omów zdrowotne efekty stosowania steroidów anaboliczno-androgennych.
24. Omów dozwolone środki i metody wspomagania w sporcie.
25. Omów znaczenie naturalnych polifenoli w żywieniu sportowca.
26. Omów kluczowe elementy racjonalnego modelu żywienia w aktywności fizycznej i treningu sportowym.
27. Możliwość zastosowania i wpływ wskazanej przez Egzaminatora diety alternatywnej* na zdolności wysiłkowe sportowców (*dieta ketogeniczna, *intermittent fasting*, dieta wegańska, dieta laktoowo-wegetariańska, dieta śródziemnomorska, dieta oparta o indeks glikemiczny).
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?

§ 2

1. Podstawa prawna:

- 1) Uchwała nr 129/2019 Senatu AWF w Poznaniu z dnia 21 maja 2019 r. w sprawie ustalenia programów studiów dla kierunków prowadzonych w Akademii Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu, dokument nr 4,
- 2) Uchwała nr 164/2023 Senatu AWF w Poznaniu z dnia 21 marca 2023 r. w sprawie ustalenia planów studiów dla kierunków prowadzonych w Akademii Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu, obowiązujących od naboru na rok akademicki 2023/2024.

DZIEKAN
Wydziału Nauk o Zdrowiu

prof. AWF dr hab. Anna Demuth

Prof. AWF dr hab. Anna Demuth