

Автономная некоммерческая организация дополнительного
профессионального образования
«ИНСТИТУТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ»

УТВЕРЖДАЮ

Директор

З.С. Терегулова

«18» января 2020 г



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ДПП повышения квалификации «Нутрициология»

Актуализированный вариант от 01.09.2021 г. Протокол № 12.

Срок обучения – 144 ч.

Форма обучения: очно-заочная.

1. Цель дисциплины

Целью дисциплины «Нутрициология» является усвоение теоретических знаний и формирование навыков в области рационального питания, роли питания в жизнедеятельности организма, а также подготовка к разработке программ для индивидуального питания.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций, овладение следующими результатами обучения по дисциплине

| Код компетенции | Содержание компетенции | Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине |
|-----------------|--|--|
| ОПК-2 | способностью разрабатывать мероприятия по совершенствованию технологических процессов производства продукции питания различного назначения | Знать: - основные виды технологических процессов производства продукции питания различного назначения |
| | | Уметь: - разрабатывать мероприятия по совершенствованию технологических процессов производства продукции питания различного назначения |
| | | Владеть: - способностью разрабатывать мероприятия по совершенствованию технологических процессов производства продукции питания различного назначения. |
| ВК-1 | способностью организовать ресурсосберегающее производство, его оперативное планирование и | Знать: - виды и принципы организации ресурсосберегающего производства продуктов питания |
| | | Уметь: - организовать оперативное планирование и обеспечение надежности технологических процессов производства продуктов питания |

| | | |
|---------------------|--|---|
| | <p>обеспечение надежности технологических процессов</p> | <p>Владеть: - способностью организовать ресурсосберегающее производство, его оперативное планирование и обеспечение надежности технологических процессов</p> |
| <p>ПК-25</p> | <p>способностью изучать и анализировать научно-техническую информацию, отечественный и зарубежный опыт по производству продуктов питания</p> | <p>Знать: - отечественную и зарубежную историю возникновения и употребления основных видов пищевых продуктов</p> <p>Уметь: - осуществлять поиск и анализ научно-технической информации по производству продуктов питания</p> <p>Владеть: - способностью изучать и анализировать научно-техническую информацию, отечественный и зарубежный опыт по производству продуктов питания</p> |

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Для освоения дисциплины «**Нутрициология**» обучающиеся используют знания, умения и навыки, сформированные в процессе изучения следующих дисциплин:

- Биоорганическая химия
- Санитария и гигиена питания
- Физиология питания
- Классификация нутриентов
- Практика по получению профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности Освоение дисциплины «**Нутрициология**» является необходимой основой для последующего изучения следующих дисциплин:
- Метрология стандартизация и сертификация
- Научно-исследовательская работа
- Научные основы использования нетрадиционных видов пищевого сырья
- Научные основы производства продуктов питания и БАДов
- Нутрициология
- Технология продукции общественного питания
- Физико-химические и биотехнологические основы пищевого производства
- Физиология питания
- Санитарно-экологическая экспертиза сырья и продуктов питания

Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины «**Нутрициология**» в соответствии с рабочим учебным планом составляет 144 час. (4 з.е.). Распределение по видам работ представлено в таблице.

4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Лабораторные занятия – не предусмотрены

5.2. Самостоятельная работа обучающегося

| Виды самостоятельной работы | Заочная форма, часов | |
|--|-----------------------------|-----------------|
| | к текущему контролю | к зачету |
| Самостоятельное изучение разделов и тем дисциплины | | |
| Подготовка контрольной работы (рефераты) | | |
| Подготовка к зачету | | |
| ИТОГО | | |

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающегося по дисциплине «**Нутрициология**» размещено в электронной информационно- образовательной Института и доступно для обучающегося через его личный кабинет на сайте Университета. Учебно-методическое обеспечение включает:

1. Рабочую программу дисциплины «**Нутрициология**».
2. Методические рекомендации по освоению дисциплины «**Нутрициология**».
3. Методические рекомендации для организации самостоятельной работы обучающегося по дисциплине «**Нутрициология**»

| № п/п | Наименование разделов и дисциплин модулей | Всего, час. | В том числе | | Семинары, мастер класс, СРО |
|----------|---|----------------|-------------|----------|--------------------------------------|
| | | | Лекции | Пр.з. | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 1 | Модуль 1 Электронное обучение. Актуальные вопросы питания населения Государственная политика в области здорового питания. Здоровье населения. Эколого-гигиенические факторы риска здоровью в современных условиях. История развития нутрициологии. | 36 | 16 | 4 | 16 |
| 1.1 | Тема 1. Термины и понятия, используемые в диетологии и нутрициологии. Физиология органов пищеварения и физиология пищеварения. | 8 | 4 | | 4 |
| 1.2 | Тема 2. Роль ферментов пищеварения. Современное представление о кишечно-мозговой оси и микробиоме. Современная классификация пищевых веществ-нутриентов. Микроэлементология. Витамины – ортомолекулярная медицина. Биологическая ценность питания. | 8 | 4 | | 4 |
| 1.3 | Тема 3. Продукты функционального питания Пирамида здорового питания | 12 | 4 | 4 | 4 |
| 1.4 | Тема 4. Качество и безопасность продуктов питания. Технические регламенты (ТР) Таможенного союза (ТС) «Безопасность питания». | 4 | 2 | | 2 |
| 1.5 | Экологическая безопасность питьевой воды. Мифы и реальность о: ГМО, о пищевых Е-добавках и транс-жирах. Жиры, входящие в состав пищи – польза и риски развития заболевания. Фальсифицированные продукты | 4 | 2 | | 2 |
| 2 | Модуль 2. Лечебное питание. Пищеварительный конвейер ЖКТ. Современное представление о кишечно- | 16 | 8 | | 8 |

| | | | | | |
|----------|--|-----------|-----------|----------|-----------|
| | мозговой оси. Повышенная проницаемость кишечника и ее роль в формировании заболеваний. | | | | |
| 2.1 | Тема 1. Алиментарно-зависимые заболевания. Дефициты незаменимых пищевых веществ современного человека. Современные принципы нутритивной поддержки и оптимизации питания различных групп населения. Методы оценки пищевого статуса человека | 8 | 4 | | 4 |
| 2.2 | Тема 2. Применение БАД для оптимизации питания населения. Выбор БАД для лечебно-профилактического питания в зависимости от профессиональных вредностей и экологической ситуации. | 8 | 4 | | 4 |
| 3 | Модуль 3. Диетологическая медицина-нормативная база. Гигиена питания. Макронутриенты, углеводы, белки и жиры. Причины развития нутриентной недостаточности. Эпигенетическая роль питания | 38 | 12 | 6 | 20 |
| 3.1 | Тема 1. Питание больных с сердечно-сосудистыми заболеваниями, остеопорозом, обменными нарушениями и др. | 6 | | 2 | 4 |
| 3.2. | Тема 2. Методы коррекции избыточного веса. Контроль результатов коррекции | 6 | | 2 | 4 |
| 3.3 | Тема 3. Диетотерапия при функциональных расстройствах ЖКТ у детей раннего возраста | 10 | 4 | 2 | 4 |
| 3.4 | Тема 4. Новый взгляд на роль белка в питании детей грудного возраста. Теория метаболического программирования (первые 1000 дней от зарождения до первых лет жизни). | 8 | 4 | | 4 |
| 3.5 | Тема 5. Дисбиозы – современный взгляд. Значение состояния микробно-тканевого комплекса | 8 | 4 | | 4 |

| | | | | | |
|----------|--|-----------|-----------|----------|-----------|
| | кишечника в развитии дисбиоза. Немедикаментозная коррекция. Перспективы применения микробиологической терапии. | | | | |
| 4 | Модуль 4. Современная нутрициология. Роль микронутриентной поддержки в профилактике заболеваний и оздоровление организма | 42 | 16 | 6 | 20 |
| 4.1 | Тема 1. Концепция терапевтического биопитания. Основы обеспечения организма эссенциальными нутрицевтиками - новый взгляд. | 8 | 2 | 2 | 4 |
| 4.1.1 | Тема 2. Минорные компоненты пищи. Аминокислоты. Незаменимые жирные кислоты. Жиры для энергии и снижения веса.Биофлавоноиды и др. Рекомендации по использованию нутрицевтиков | 10 | 2 | 4 | 4 |
| 4.2 | Тема 3. Питательные вещества с уникальными свойствами. Понятие о суперпродуктах (superfood). Фитоэстрогены. Вторичные растительные компоненты – клетчатка, ее разновидности. | 6 | 2 | | 4 |
| 4.3. | Тема 4. Роль питания в детоксикации организма. Современное представление о роли питания в эндоэкологической реабилитации. Понятие об эндоэкологии | 4 | 4 | | |
| 4.4 | Тема 5. Функциональное питание в поддержании внутренней среды.Продукты питания с антипаразитарными свойствами | 6 | 2 | | 4 |
| 4.5 | Тема 6. Воспитание культуры питания. Нейтрализация экологической беспечности и повышение гигиенической грамотности населения по вопросам питания | 8 | 4 | | 4 |
| | Всего | 138 | 52 | 16 | 64 |
| | Самостоятельная работа | | | | 36 |
| | Аттестационное испытание | 6 | | | |
| | Итого | 144 | | | |

5.1. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Контрольные вопросы(оценка знаний):

1. Пищевая ценность продуктов питания.
2. Энергетическая ценность пищевых продуктов.
3. Развитие науки о питании
4. Функции пищи
5. Сбалансированное питание
6. Роль питания в жизнедеятельности организма человека
7. Значение в питании человека отдельных компонентов пищи
8. Роль белков в питании человека
9. Пищевые жиры и их роль в питании человека
10. Роль углеводов в питании человека
11. Роль витаминов в питании человека
12. Роль минеральных веществ в питании человека
13. БАДы, их сущность, значение в питании
14. Строение и функции пищеварительной системы
15. Регуляция процессов пищеварения
16. Усвоение пищи и её определяющие факторы. Режим питания
17. Понятие об адекватном питании
18. Вегетарианство
19. Лечебное голодание
20. Концепция раздельного питания
21. Питание – по методике различных авторов
22. Общие понятия об обмене веществ
23. Понятие о сбалансированной мегакалории
24. Принципы сбалансированности (первого, второго порядка)

25. Понятие «быстрый сахар»
26. Понятия: гликемический индекс и гликемическая нагрузка
27. Понятие «плохие» и «хорошие» углеводы
28. Из чего состоят пищевые белки?
29. Протеины и протеиды
30. Незаменимые и заменимые аминокислоты
31. Как определяется аминокислотный скор, что он означает?
32. Потребность в белке? Нормативы в соответствии с утвержденными документами.
33. Пищевая клетчатка
34. Влияние тепловой обработки продуктов на их пищевую ценность
35. . Обогащение рациона дополнительными пищевыми факторами

Типовые тестовые задания (оценка знаний):

1. Оптимальное соотношение белков, жиров и углеводов в питании человека:
А) 1:1:1;
б) 1:2:3-4;
в) 1:1:4-5;
г) 2:1:5.
2. Норма потребления белка на 1 кг массы тела человека:
а) 0,5 г;
б) 1 г;
в) 2 г;
г) 4 г.
3. Биологическая ценность пищевых продуктов отражает:
а) калорийность продуктов;
б) органолептическую оценку продуктов;
в) содержание незаменимых аминокислот;
г) содержание растворимых углеводов.
4. Количество энергии, образующееся при полном окислении 1 г жира:
а) 16,7 кДж;
б) 25,7 кДж;
в) 37,7 кДж;
г) 48,7 кДж.
5. Питательные вещества, имеющие наименьшую энергетическую ценность:
а) белки;
б) жиры;
в) органические кислоты;
г) углеводы.
6. Основная функция углеводов в организме человека:
а) гормонально-регуляторная;
б) пластическая;
в) ферментативная;
г) энергетическая.
7. Наиболее полноценные и легко усвояемые белки:
а) молочные;
б) мясные;
в) пшеничные;

г) соевые.

8. Аминокислота, которая не является незаменимой:

а) аргинин;

б) метионин;

в) лизин;

г) триптофан.

9. Жирная кислота, не относящаяся к полиненасыщенным жирным кислотам:

а) арахидоновая;

б) линолевая;

в) линоленовая;

г) пальмитиновая.

10. Балластные вещества пищи:

а) гликоген и крахмал;

б) клетчатка и пектин;

в) лецитин и холестерин;

г) сахара.

11. Жирорастворимый витамин:

а) аскорбиновая кислота;

б) рутин;

в) токоферол;

г) фолацин.

12. Витамины, поступающие в организм преимущественно с растительными продуктами:

а) витамины А и Е;

б) витамины группы В;

в) витамины С и Р;

г) витамины D и К.

13. К макроэлементам относится:

а) железо;

б) кальций;

в) медь;

г) цинк.

14. Продукты, имеющие оптимальное отношение кальция к фосфору (1:1–1:1,5):

а) крупяные и макаронные изделия;

б) молочные продукты;

в) мясные и рыбные продукты;

г) хлебобулочные изделия.

15. Микроэлемент, при недостатке которого снижаются функции щитовидной железы:

а) железо;

б) йод;

в) кремний;

г) фтор.

16. Самый высококалорийный продукт среди перечисленных это:

а) макароны;

б) молоко;

в) мясо говядины;

г) хлеб.

17. Основная функция белков в организме человека:

а) гормонально-регуляторная;

- б) пластическая;*
- в) ферментативная;*
- г) энергетическая.*

18. Наиболее полноценные и легко усвояемые белки:

- а) молочные;*

- б) мясные;*
- в) пшеничные;*
- г) соевые.*

19. Аминокислота, которая не является незаменимой:

- а) аргинин;*
- б) метионин;*
- в) лизин;*
- г) триптофан.*

20. Эссенциальные жирные кислоты:

- а) арахидоновая;*
- б) линолевая;*
- в) линоленовая;*
- г) пальмитиновая.*

Типовые практико-ориентированные задания (оценка умений и навыков):

1. Провести расчет и обоснование норм потребления белка в индивидуальном питании.
2. Провести расчет и обоснование норм потребления жира в индивидуальном питании.
3. Провести расчет и обоснование норм потребления углеводов в индивидуальном питании.
4. Определение и сущность пищевой, биологической и энергетической ценности продуктов.

Примерные темы рефератов

1. Формирование индивидуального питания.
2. Питание по группе крови.
3. Пищевая ценность продуктов питания.
4. Критерии безопасности пищевых продуктов.
5. Питание спортсменов.
6. Питание детей младшего возраста.
7. Питание школьников.
8. Питание военнослужащих.
9. Питание гиперстеников.
10. Геронтологическое питание.
11. Питание новорожденных.
12. Питание беременных женщин.
13. Лечебное голодание
14. Концепция питания предков
15. Концепция раздельного питания
16. Концепция главного пищевого фактора
17. Концепция индекса пищевой ценности
18. Концепция живой энергии

Вопросы и задания к зачету

1. Питание детей младшего возраста.

2. Питание школьников.
3. Питание военнослужащих.
4. Питание при алиментарной дистрофии.
5. Геронтологическое питание.
6. Питание новорожденных.
7. Питание беременных женщин.
8. Энергетическая ценность пищевых продуктов.
9. Развитие науки о питании
10. Функции пищи
11. Сбалансированное питание
12. Роль питания в жизнедеятельности организма человека
13. Значение в питании человека отдельных компонентов пищи
14. Роль белков в питании человека
15. Пищевые жиры и их роль в питании человека
16. Роль углеводов в питании человека
17. Роль витаминов в питании человека
18. Роль минеральных веществ в питании человека
19. Строение и функции пищеварительной системы
20. Регуляция процессов пищеварения
21. Усвоение пищи и её определяющие факторы. Режим питания
22. Понятие об адекватном питании
23. Сбалансированное питание
24. Концепция направленного (целевого) питания
25. Концепция индивидуального питания
26. Концепция главного пищевого фактора
27. Концепция индекса пищевой ценности
28. Концепция 1000 дневного метаболического программирования
29. Концепция абсолютизации оптимальности
30. Альтернативные теории питания
31. Вегетарианство
32. Лечебное голодание
33. Концепция питания предков
34. Концепция раздельного питания
35. Общие понятия об обмене веществ
36. Особенности лечебной кулинарии
37. Снижение содержания растительной клетчатки в питании
38. Снижение содержания животной соединительной ткани в питании
39. Влияние тепловой обработки продуктов на их пищевую ценность
40. Влияние измельчения продуктов на их усвояемость
41. Методы, обеспечивающие химическое щажение желудочно-кишечного тракта
42. Классификация лекарственных трав.
43. Лечебные травы для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний
44. Травы для профилактики заболеваний желудочно-кишечного тракта
45. Травы для профилактики ожирения
46. Травы для профилактики заболеваний опорно-двигательной системы.
47. Травы для профилактики сахарного диабета.
48. Препараты для ароматерапии.
49. Разгрузочные диеты

50. Специальные диеты

Практико-ориентированное задание (оценка умений и навыков):

1. Провести расчет и обоснование норм потребления углеводов в индивидуальном питании.

В данном разделе РПД приведены типовые задания для проведения текущего контроля успеваемости обучающихся. Полный перечень заданий содержится в учебно-методическом комплексе по дисциплине «**Нутрициология**», который размещен в электронной информационно-образовательной среде Института.

Методические материалы, определяющие процедуры оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Оценка знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине «**Нутрициология**» проводятся в форме текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль проводится в течение обучения с целью определения уровня усвоения обучающимися знаний, формирования умений и навыков, своевременного выявления преподавателем недостатков в подготовке обучающихся и принятия необходимых мер по её корректировке, а так же для совершенствования методики обучения, организации учебной работы и оказания индивидуальной помощи обучающемуся.

Промежуточная аттестация по дисциплине «**Нутрициология**» проводится в виде зачета. За знания, умения и навыки, приобретенные студентами в период их обучения, выставляются оценки: «ЗАЧТЕНО» и «НЕ ЗАЧТЕНО».

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины «Нутрициология»

а) основная литература:

1. ЭБ «Труды ученых СтГАУ» Омаров, Р. С. Основы рационального питания [электронный полный текст] : учеб. пособие / Р. С. Омаров, О. В. Сычева ; СтГАУ. - Ставрополь : АГРУС 2018. - 578 КБ.
2. ЭБ «Труды ученых СтГАУ» Трухачев, В. И. Электронное пособие по разделу "Физиолого-гигиенические основы питания спортсменов и физкультурников" [электронный полный текст] : учеб. пособие / В. И. Трухачев, М. В. Осыченко, В. С. Скрипкин ; СтГАУ. - Ставрополь, 2015. - 527 МБ.
3. ЭБС «Znanium» Питание и здоровье: Учебное пособие для студентов по спецкурсу «Питание и здоровье» / Зименкова Ф.Н. - М.: Прометей, 2016. - 168 с. ISBN 978-5-9907123-8-6 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/557072>

б) дополнительная литература:

1. ЭБС «Znanium» Лекарственные растения в декоративном садоводстве : учеб. пособие / Е.Л. Маланкина. — М. : ИНФРА-М, 2017. — 240 с. + Доп. материалы [Электронный ресурс; Режим доступа <http://www.znanium.com>]. – Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/883967>
2. ЭБС «ЛАНЬ» Пищевая химия : учебник для студентов вузов, обучающихся по направлениям 552400 "Технология продуктов питания", 655600 "Пр-во продуктов питания из растит. сырья", 655700 "Технология продуктов спец. назначения и обществ. питания", 655800 "Пищевая инженерия" (специальность 271300) / А. П. Нечаев [и др.] ; под ред. А. П. Нечаева. - 6-е изд., стер. - Санкт-Петербург : ГИОРД, 2015. - 672 с. Режим доступа: http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=69876
3. Общепит: бизнес и искусство (периодическое издание).

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).

Специфика изучения дисциплины «**Нутрициология**» обусловлена формой обучения студентов, ее местом в подготовке бакалавра и временем, отведенным на освоение курса рабочим учебным планом.

Курс обучения делится на время, отведенное для занятий, проводимых в аудиторной форме (лекции, практические занятия) и время, выделенное на внеаудиторное освоение дисциплины, большую часть из которого составляет самостоятельная работа студента.

Лекционная часть учебного курса для студентов проводится в форме лекций- презентаций по основным темам. Практические занятия предусмотрены для закрепления теоретических знаний, углубленного рассмотрения наиболее сложных проблем дисциплины, выработки навыков структурно-логического построения учебного материала и отработки навыков самостоятельной подготовки.

На лекциях рассматриваются основные подходы к организации рационального питания. Лекции носят информационный и обобщающий характер.

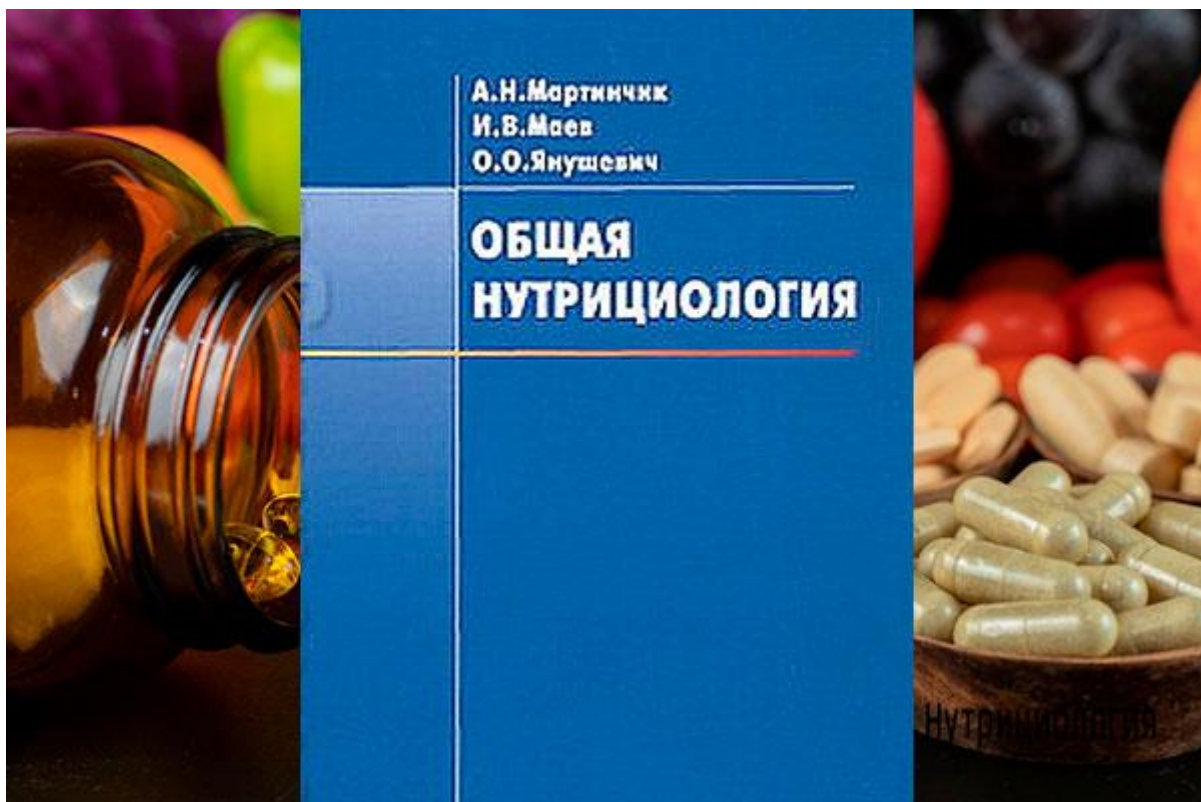
Самостоятельная работа студента включает в себя изучение теоретического материала курса, выполнение практических и творческих заданий, подготовку к контрольно-обобщающим мероприятиям.

Для освоения курса дисциплины студенты должны:

- изучить материал лекционных и практических занятий в полном объеме по разделам курса;
- выполнить задание, отведенное на самостоятельную работу: подготовить и защитить реферат по выбранной и утвержденной преподавателем, теме, подготовиться к собеседованию, тестированию, и заключительному этапу – экзамену;
- продемонстрировать сформированность компетенций, закрепленных за курсом дисциплины во время мероприятий текущего и промежуточного контроля знаний.

Посещение лекционных и практических занятий для студентов очной и заочной формы является обязательным.

«Общая нутрициология» А.Н. Мартинчик



Данная книга является подробным руководством по практической нутрициологии. Из отечественных руководств это издание является одним из наиболее полных и компетентных. Книга в систематическом порядке рассматривает вопросы главные факторы и явления правильного питания. Освещаются темы физиологических и социальных процессов, связанных с питанием человека.

«Нутрициология» Л.З. Тель, Е.Д. Даленов, А.А. Абдулдаева, И.Э. Коман



Учебник рассматривает основы и теорию человеческого питания для различных групп населения. В отдельные главы вынесены аспекты оптимизации приема пищи у детей, подростков, людей преклонного возраста, а также женщин в период беременности и кормящих матерей. В полном объеме отражено воздействие, которое оказывают на организм человека различные макро-нутриенты и микронутриенты. Подробно изучен вопрос патофизиологии при обмене веществ.

Книга освещает проблемы, связанные с контролем, направленным на повышение безопасности и качества в пищевой продукции. Сформулированы правила, которых следует придерживаться в домашнем и общественном питании, которые помогают в профилактике алиментарно-зависимых заболеваний.

Учебник достаточно сложный и ориентирован для использования в высших медицинских учебных заведениях, а также для врачей-диетологов. Однако издание будет полезно для ознакомления и широкому кругу читателей.

«Основы нутрициологии» П.В. Дружинин, Л.Ф. Новиков, Ю.А. Лысиков

В своей работе авторы представили современные концепции и теоретическую базу нутрициологии и здорового питания. В предисловии говорится, что нутрициология как наука еще находится на стадии становления и перед ней стоит масса нерешенных задач, в том числе, стереотипное мышление не только у пациентов, но и в медицинской среде.

Книга содержит подробные методические указания по практическому применению различных витаминов и минералов. Отдельной главой идет освещение вопроса ферментотерапии и физиологических основ энтеросорбции.

Рассмотрены современные подходы при использовании в нутрициологии диетических волокон и сорбентов природного характера, эубиотиков и пробиотиков. На конкретных примерах показано как в различных диетических программах применяются БАД основываясь на опыте американской компании «Nature's Sunshine Products».

«Руководство по нутрициологии» С.А. Батечко, Н.А. Деревянко



Книга посвящена вопросам здорового питания населения и структуризации пищевых продуктов с показателями их медицинских характеристик. С точки зрения современного биохимического анализа рассмотрена компонентная составляющая продуктов питания и биохимическое воздействие которое они оказывают на организм человека. Определен ряд продуктов, наносящих вред организму.

Приведены практические примеры лечения некоторых хронических заболеваний комплексным подходом, одной из составляющих которого является правильно подобранная диета. Авторы делятся опытом системного применения, при лечении заболеваний, различных парафармацевтиков, эубиотиков и нутрицевтиков. Рассматриваются возможности биологической коррекции хронических заболеваний имеющих прямую связь с отсутствием правильного питания.

«Клиническая нутрициология» И.Е. Хорошилов, П.Б. Панов



Данный учебник раскрывает множество практических методик нового медицинского направления – клинической нутрициологии. Клинический опыт, накопленный отечественными и зарубежными специалистами в области питания, говорит о том, что при лечении любой категории больных необходимо специальное клиническое питание, основанное на исследованиях нутрициологии.

Однако практикующие врачи еще обладают недостаточным опытом в этом направлении. Для ликвидации имеющихся пробелов в знаниях и формирования кластера компетентных специалистов и предназначена это издание. Учебник рекомендован как практикующим врачам любой специализации, так и преподавателям, а также обучающимся на старших курсах медицинских учебных заведений.

«Основы спортивной нутрициологии» А.В. Дмитриев, Л.М. Гунина

После создания, в марте 2018 года, консенсуса при МОК отвечающего за разрешение к использованию различных пищевых добавок спортсменами элитного уровня, возникла настоятельная необходимость выхода подобного издания. При создании книги, все не запрещенные пищевые добавки были четко систематизированы, что облегчает быстрый поиск необходимой информации.

Согласно принципам доказательной медицины, приведены примеры создания различных диетических программ. Дано объяснение механизм воздействия биологически активных веществ на организм человека.

Основной акцент сделан на необходимость индивидуального подхода при использовании пищевых добавок. Подчеркивается взаимосвязь между тренировочным процессом, индивидуальными особенностями спортсменов и разработкой программ питания.

Ранее автор издавал аналогичную работу, посвященную диетическому питанию, переработанная версия, более широко и подробно охватывает эту тему и в нее вошло множество дополнений. Несколько глав подверглись основательной переработке с учетом новых данных и открытий в диетологии и нутрициологии.

Материал книги изложен таким образом, что полностью согласуется с программами обучения в высших учебных заведениях. Однако, стилистика подачи материала делает это издание интересным и понятным не только узкому кругу специалистов, но и читателям далеким от медицины.

Книга легко читается и дает возможность изучить правила лечебного питания, применяемого в клинической медицине. Несмотря на доступность изложения, издание освещает научные основы, на которых базируется современная диетология, и фундаментальную теоретическую базу.

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины.

1. <https://pitaniez.ru> Сайт правильного и здорового питания [Электронный ресурс].

2. <https://pravilnoyepitaniye.ru> Правильное питание (ПП). Сайт о правильном питании [Электронный ресурс].

3. <https://health-diet.ru/> Мой здоровый рацион. Здоровый образ жизни – здоровое питание. [Электронный ресурс].

4.

http://idealnutrient.ru/?_openstat=ZGlyZWN0LnlhbmRleC5ydTs0MDcwMzc4Mzs3MDE2ODkxMjkwO3lhbmRleC5ydTpnndWFyYW50ZWU&yclid=239279614730177537
4 Расчет оптимального питания [Электронный ресурс].