

*Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования «Российский университет дружбы народов»*

*Медицинский институт*

Рекомендовано МСЧН/МО

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Наименование дисциплины**

**Введение в нутрициологию**

**Рекомендуется для направления подготовки/специальности**

**Сестринское дело**

**Направленность программы**

**Сестринское дело**

**1. Цели и задачи дисциплины:** изучение теоретических основ классической и современной нутрициологии, формирование у студентов физиологической и клинической картины процессов, протекающих в организме человека.

**2. Место дисциплины в структуре ОП ВО:**

Дисциплина «**Введение в нутрициологию**» относится к вариативной части блока учебного плана *дисциплин по выбору* (блок 2).

В таблице № 1 приведены предшествующие и последующие дисциплины, направленные на формирование компетенций дисциплины в соответствии с матрицей компетенций ОП ВО.

Таблица № 1

**Предшествующие и последующие дисциплины, направленные на формирование компетенций**

№ п/п	Шифр и наименование компетенции	Предшествующие дисциплины	Последующие дисциплины (группы дисциплин)
Общекультурные компетенции			
Общепрофессиональные компетенции			
	ОПК-9		Нормальная физиология
Профессиональные компетенции (вид профессиональной деятельности)			
	ПК-3 ПК-9	Медицинская генетика	Организация профилактической работы с населением Сестринское дело в педиатрии Сестринское дело в терапии Сестринское дело в гериатрии

**3. Требования к результатам освоения дисциплины:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций ФГОС 3++: **ОПК-9, ПК-3, ПК-9.**

**В результате изучения дисциплины студент должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):**

- Способен распространять знания о здоровом образе жизни, направленные на повышение санитарной культуры и профилактику заболеваний пациентов (населения)

**В результате изучения дисциплины студент должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК):**

- Способность и готовность к консультированию пациентов и членов их семей по вопросам профилактики заболеваний и их обострений и осложнений, травматизма, организации рационального питания, обеспечения безопасной среды, физической нагрузки (ПК-3).
- Способность и готовность к формированию мотивированного отношения каждого человека к сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья окружающих (ПК-

**В результате изучения дисциплины студент должен:**

**Знать:**

- Роль макро- и микронутриентов пищи на состояние обмена веществ в организме человека.
- Пищевую ценность различных групп продуктов.

**Уметь:**

- пользоваться учебной, научной, научно-популярной литературой, сетью Интернет и учебным порталом для профессиональной деятельности;
- проводить поиск информации по литературным источникам;

**Владеть:**

- методикой применения анализов и решения конкретных практических и научных задач;
- базовыми технологиями поиска и преобразования информации, в том числе с использованием учебных образовательных ресурсов.

**4. Объем дисциплины и виды учебной работы**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>					
В том числе:					
<i>Лекции</i>					
<i>Практические занятия (ПЗ)</i>					
<i>Семинары (С)</i>					
<i>Лабораторные работы (ЛР)</i>					
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>					
Общая трудоемкость	час	72	72		
	зач. ед.	2	2		

**5. Содержание дисциплины**

**5.1. Содержание разделов дисциплины**

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела
	Введение в нутрициологию.	Значение питания в жизни человека. Питание, пища, пищевые вещества.
	Энергетический обмен. Потребность в энергии.	Энергетические затраты организма и потребность в энергии. Пища как источник энергии. Баланс энергии. Регуляция массы тела. Ожирение как дисбаланс энергии.
	Макронутриенты пищи.	Белки. Липиды. Углеводы. Вода. Строение, классификация, свойства, переваривание, всасывание, транспорт и пищевая ценность макронутриентов.
	Микронутриенты пищи.	Витамины. Химические элементы. Аминокислоты. Общая характеристика физиологической роли витаминов, химических элементов и аминокислот. Потери витаминов при кулинарной обработке и хранении пищи. Пища – источник минеральных веществ. Пути профилактики недостаточности микронутриентов пищи.
	Биологически активные неалиментарные компоненты пищи.	Минорные компоненты пищи. Защитные компоненты пищевых продуктов. Антипищевые и некоторые другие компоненты пищи, оказывающие неблагоприятный эффект на организм. Химические изменения основных пищевых веществ при кулинарной обработке.

Пищевая ценность продуктов питания.	Характеристика пищевой ценности основных групп продовольственных продуктов (пищевая, биологическая ценность и диетические свойства продуктов и основных блюд домашнего и общественного питания).
Питание и здоровье человека.	Современные подходы, принципы, рекомендации. Заболевания, связанные с недостаточностью питания. Взаимосвязь питания и хронических неинфекционных заболеваний.

#### . Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. зан.	Лаб. зан.	Семина	СРС	Всего час.
	Введение в нутрициологию.						
	Энергетический обмен. Потребность в энергии.						
	Макронутриенты пищи.						
	Микронутриенты пищи.						
	Биологически активные неалиментарные компоненты пищи.						
	Пищевая ценность продуктов питания.						
	Питание и здоровье человека.						

#### 6. Лабораторный практикум не предназначен

#### 7. Практические занятия (семинары) (при наличии)

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика практических занятий (семинаров)	Трудоемкость (час.)
		Значение питания в жизни человека. Питание, пища, пищевые вещества.	
		Энергетические затраты организма и потребность в энергии. Пища как источник энергии. Баланс энергии. Регуляция массы тела. Ожирение как дисбаланс энергии.	
		Белки. Липиды. Углеводы. Вода. Строение, классификация, свойства, переваривание, всасывание, транспорт и пищевая ценность макронутриентов.	
		Витамины. Химические элементы. Аминокислоты. Общая характеристика физиологической роли витаминов, химических элементов и аминокислот. Потери витаминов при кулинарной обработке и хранении пищи. Пища – источник минеральных веществ. Пути профилактики недостаточности микронутриентов пищи.	
		Минорные компоненты пищи. Защитные компоненты пищевых продуктов. Антипищевые и некоторые другие компоненты пищи, оказывающие неблагоприятный	

		эффект на организм. Химические изменения основных пищевых веществ при кулинарной обработке.	
		Характеристика пищевой ценности основных групп продовольственных продуктов (пищевая, биологическая ценность и диетические свойства продуктов и основных блюд домашнего и общественного питания).	
		Современные подходы, принципы, рекомендации. Заболевания, связанные с недостаточностью питания. Взаимосвязь питания и хронических неинфекционных заболеваний.	

## 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

1. Учебные классы, оборудованные мультимедийными проекторами.

## 9. Информационное обеспечение дисциплины

а) Программное обеспечение OS Windows XP, Vista, 7, набор офисных программ или другие, программные средства для контроля знаний. Базы данных medline, pubmed и др.

б) ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. ЭБС РУДН и сторонние ЭБС, к которым студенты университета имеют доступ на основании заключенных договоров:

- Электронно-библиотечная система РУДН – ЭБС РУДН <http://lib.rudn.ru/MegaPro/Web>
- ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <http://www.biblioclub.ru>
- ЭБС Юрайт <http://www.biblio-online.ru>
- ЭБС «Консультант студента» [www.studentlibrary.ru](http://www.studentlibrary.ru)
- ЭБС «Лань» <http://e.lanbook.com/>

Консультант студента [Электронный ресурс]: База данных / Издательская группа "ГЭОТАР-Медиа"; ООО "Институт проблем управления здравоохранением". - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. - Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru/> Доступ по логину и паролю после регистрации с территории РУДН. Ссылка на ресурс:

Страница кафедры микробиологии и вирусологии на учебном портале РУДН. Ссылка на ресурс: <http://web-local.rudn.ru/web-local/kaf/rj/index.php?id=65>

2. Базы данных и поисковые системы:

- поисковая система Яндекс <https://www.yandex.ru/>
- поисковая система Google <https://www.google.ru/>
- реферативная база данных SCOPUS <http://www.elsevierscience.ru/products/scopus/>
- документационный центр ВОЗ <http://whodc.mednet.ru/>

база данных eLibrary.ru - научной электронной библиотеки <http://elibrary.ru/defaultx.asp>

- U.S. National Library of Medicine National Institutes of Health: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>

## 10. Учебно-методическое обеспечение дисциплины:

### а) основная литература

1. Радыш И.В., Скальный В.В., Умнова Т.Н., . Введение в нутрициологию – М.: РУДН, 2019. – 200 с.

### б) дополнительная литература

1. Тель Л.З., Даленов Е.Д., Абдулдаева А.А. Нутрициология. Учебник. –М. : Изд-во ЛитТерра, 2016. -544 с.
2. Мартинчик А.Н. Общая нутрициология: Учебное пособие / А.Н. Мартинчик, И.В. Маев, О.О. Янушевич. – М.: МЕДпресс-информ, 2005. – 392 с., илл.
3. Скальный А.В. Основы здорового питания: пособие по общей нутрициологии / А.В. Скальный, И.А. Рудаков, С.В. Нотова, Т.И. Бурцева, В.В. Скальный, О.В. Баранова. – Оренбург: ИПК ГОУ ОГУ, 2005. – 110 с.

## **11. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)**

От студента требуется посещение занятий, выполнение заданий преподавателя дисциплины, знакомство с рекомендованной литературой и др. При аттестации обучающегося оценивается качество работы на занятиях, уровень подготовки к самостоятельной деятельности в избранной области, качество выполнения заданий преподавателя дисциплины, способность к самостоятельному изучению учебного материала.

На практических занятиях и лекциях в аудиториях проводится разбор соответствующих тем с использованием мультимедийной техники (компьютер, проектор).

Самостоятельная работа во внеаудиторные часы может проходить как в аудиториях департамента и компьютерном классе, где обучающиеся могут изучать материал по презентациям, подготовленным преподавателями департамента, а также по компьютерным тестам.

Презентации по темам занятий могут быть записаны на компакт-диск или флэш-карту для самостоятельной работы студентов на домашнем компьютере.

Учебные пособия в электронном виде по ряду изучаемых тем размещены на страницах кафедры и сотрудников кафедры управление сестринской деятельностью и на Учебном портале РУДН, а также на локальных ресурсах электронно-библиотечной системы РУДН.

В качестве одной из форм самостоятельной работы предусмотрена подготовка конспектов по различным разделам курса.

Внеаудиторная самостоятельная работа включает:

изучение материала по учебнику, учебным пособиям на бумажном и электронном носителях; подготовку реферативного сообщения по избранной теме; подготовку к выполнению контрольных работ и тестовых заданий.

## **Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

### **Примеры оценочных средств:**

По всем темам на кафедре имеются тестовые задания, которые преимущественно используются при компьютерном тестировании.

Пример:

**Выберите один или несколько правильных ответов.**

### **1. Из каких противоположных и одновременно протекающих процессов состоит обмен веществ?**

1. Окисление и выведение из организма продуктов распада
2. Синтез необходимых веществ и их усвоение
3. Распад веществ и выделение энергии
4. Ассимиляция и диссимиляция
5. Биосинтез и формирование новых структурных образований

### **2. Какое вещество является наиболее энергоемким?**

1. Аминокислота
2. Белок

3. Витамин
4. Жир
5. Углевод

**3. Какой углевод стимулирует перистальтику кишечника?**

1. Галактоза
2. Сахароза
3. Фруктоза
4. Мальтоза
5. Клетчатка

**4. Какой витамин оказывает влияние на состояние эпителиальной ткани, процессы роста и формирование скелета, ночное зрение путем специфического участия в химии акта зрения?**

1. Витамин Д
2. Витамин С
3. Витамин В1
4. Холин
5. Витамин А

**. К какой группе биологически активных веществ относится лецитин?**

1. Стеринам
2. Предельным жирным кислотам
3. Непредельным жирным кислотам
4. Фосфолипидам
5. Белкам

**6. Какие витамины относятся к жирорастворимым?**

1. витамин А, Д, К, Е
2. витамины группы В
3. витамин С
4. витамин РР
5. фолиевая кислота

**7. В каких случаях возникает авитаминоз В 1?**

1. При длительном потреблении полированного риса
2. При перегрузке пищевого рациона трудноусвояемыми высокомолекулярными углеводами
3. При преимущественном поступлении полиненасыщенных жирных кислот
4. При рациональном питании
5. При несоблюдении режима питания

**8. Какой микроэлемент связан с эндемическими заболеваниями?**

1. Кальций
2. Магний
3. Сера
4. Фосфор
5. Йод

**9. Какое заболевание возникает при избыточном поступлении с пищей фтора?**

1. Заболеваемость роговицы глаз
2. Уровская болезнь
3. Стронциевый рахит





Раздел 3: Микронутриенты пищи. Микронутриенты пищи.													
	Раздел 4: Биологически активные неалиментарные компоненты пищи												
	Раздел 5: Пищевая ценность продуктов питания. Питание и здоровье человека.												
<b>Итого</b>													

**Табл. 3. В зачётку проставляется итоговая оценка по таблице:**

**Критерии оценки:**

*в соответствии с действующей нормативной базой)*

Соответствие систем оценок (используемых ранее оценок итоговой академической успеваемости, оценок ECTS и балльно-рейтинговой системы (БРС) оценок текущей успеваемости).

Баллы БРС	Традиционные оценки РФ	Оценки ECTS
95 - 100	5	A
86 - 94		B
69 - 85	4	C
61 - 68	3	D
51 - 60		E
31 - 50	2	FX
0 - 30		F
	Зачет	Passed

**Описание оценок ECTS:**

**A («Отлично»)** - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному.

**B («Очень хорошо»)** - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом, в основном, сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному.

**C («Хорошо»)** - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество

выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом Баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.

***D («Удовлетворительно»)*** - теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки заботы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, возможно, содержат ошибки.

***E («Посредственно»)*** - теоретическое содержание курса освоено частично, некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены, либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному.

***FX («Условно неудовлетворительно»)*** - теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий

***F («Безусловно неудовлетворительно»)*** - теоретическое содержание курса не освоено, необходимые практические навыки работы не сформированы, все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО

**Разработчики:**

**Доцент** управление сестринской деятельностью В.В. Скальный

**Ст. преподаватель** управление сестринской деятельностью Т.Н. Умнова

**Заведующий кафедрой** управление сестринской деятельностью И.В. Радыш

**Руководитель программы** Косцова Н.Г.