

TEORETICKÁ ČÁST: A

1. Výživové chování
2. Hodnocení výživového stavu - metody antropometrické
3. Hodnocení výživového stavu - metody laboratorní a klinické
4. Globální metody hodnocení spotřeby
5. Hodnocení výživové spotřeby: individuální metody záznamové a anamnestické
6. Terminologie nutriční epidemiologie – prevalence, incidence, úmrtnost, smrtelnost, spolehlivost a validita studie. Chyby v epidemiologických studiích + intervenční studie
7. Typy epidemiologických studií (deskriptivní a analytické)
8. Výživová a potravinová politika
9. Jód v podpoře zdraví
10. Vlivy reklamy v oblasti výživy (pozitivní a negativní aspekty reklamy). Regulace reklamy v oblasti výživy a její význam
11. Obecná výživová doporučení + FBDG
12. VDD (nutriční standardy)
13. Potřeba tekutin - význam tekutin, množství, co zahrnout do pitného režimu. Kvalita nápojů - co tvoří základ pitného režimu, mineralizace.
14. Které skupiny obyvatel v ČR jsou ohroženy malnutricí?
15. Vysvětlíte pojem malnutrice a uveďte dělení malnutricí. Vysvětlíte pojmy kwashiorkor, beri-beri, pellagra, skorbit, rachitis, xeroftalmie.
16. Výchova ke zdraví. Příklady podpory veřejného zdraví. Příprava projektu podpory zdraví.
17. Doplnky stravy a potraviny pro zvláštní výživu
18. Potravinářská legislativa
19. Značení potravin, výživová a zdravotní tvrzení
20. Legislativní opora školního stravování, státní garance školního stravování a související předpisy hygieny a ochrany zdraví, spotřební koš
21. Glykemický index a nálož - význam z hlediska podpory zdraví

TEORETICKÁ ČÁST: B

1. Výhody kojení pro matku a dítě + kontraindikace kojení
2. Podmínky úspěšného kojení - co je rooming in, BFH, správné přiložení, kdy dítě přiložit. Čtyři body pro podporu kojení. Nejčastější problémy při kojení a jejich řešení, hodnocení prospívání dítěte.
3. Zavádění příkrmů a rizika z něj plynoucí. Batolecí negativismus a rizika z něho plynoucí.
4. Potřeba živin v předškolním věku a související rizika
5. Potřeba živin u školáků a dospívajících
6. Bodyimage a poruchy příjmu potravy
7. Prekoncepční výživa, nejčastější deficity v těhotenství a výživa v době laktace
8. Potřeba živin ve výživě dospělého a související rizika
9. Fyziologické změny ve stáří a jejich souvislost s výživou a výživovým stavem seniorů. Nejčastější problémy výživy u seniorů. Základní doporučení pro výživu ve stáří - jednotlivé typy, stručná charakteristika.
10. Nutriční a zdravotní aspekty alternativních způsobů stravování - možná rizika versus přínosy, rizikové populační skupiny
11. Výživa při vytrvalostním sportu. Výživa před a po výkonu.
12. Etiologické faktory vzniku osteoporózy, výskyt v ČR, prevence osteoporózy
13. Definice kardiovaskulárních onemocnění, výskyt v ČR, etiologické faktory vzniku, prevence kardiovaskulárních onemocnění
14. Etiologické faktory vzniku nádorového onemocnění, výskyt v ČR, prevence nádorového onemocnění, Evropský kodex proti rakovině
15. Výživa rizikových skupin obyvatelstva (narkomani, alkoholici)
16. Specifika výživy Romů a bezdomovců
17. Zubní zdraví a výživa
18. Výživa a kouření
19. Vliv náboženství na stravovací zvyklosti
20. Biopotraviny a bioprodukty
21. Definice obezity. Etiologie a patogeneze obezity. Hlavní zásady terapie obezity
22. Pojem zdravotní postižení, jednotlivé typy, faktory, které mohou negativně ovlivňovat výživu a výživový stav zdravotně postižených osob

PRAKTICKÁ ČÁST: C

- Zhodnoťte výživu představované osoby a navrhněte možná zlepšení. Svá doporučení odůvodněte.
- Zhodnoťte uvedený jídelníček z hlediska potřeby živin a energie, dostupnosti potravin a ekonomické zátěže. Navrhněte změnu.
- Přečtěte si a zhodnoťte následující článek. Vyberte pasáže, které Vás zaujmou (pozitivně či negativně) a vyjádřete se k nim.
- Navrhněte dotazník pro zjištění výživových zvyklostí kojící matky. Jednotlivé položky zdůvodněte.
- Navrhněte dotazník pro zjištění výživových zvyklostí staršího člověka. Jednotlivé položky zdůvodněte.
- Navrhněte dotazník pro zjištění výživových zvyklostí sportovce. Jednotlivé položky zdůvodněte.
- Jak byste postupoval/a při zjišťování nutričního stavu vegetariánsky živených dětí předškolního věku. Navrhněte studii včetně zdůvodnění její důležitosti a navrženého postupu.
- Jak byste postupoval/a při zjišťování nutričního stavu osob žijících v domově důchodců. Navrhněte studii včetně zdůvodnění její důležitosti a navrženého postupu.
- Jak byste postupoval/a při zjišťování nutričního stavu těhotných žen. Navrhněte studii včetně zdůvodnění její důležitosti a navrženého postupu.
- Intervence: zdůvodněte, zvolte cílovou skupinu, stanovte cíle a navrhněte postupy: anémie
- Intervence: zdůvodněte, zvolte cílovou skupinu, stanovte cíle a navrhněte postupy: zvýšení n-3 mastných kyselin
- Intervence: zdůvodněte, zvolte cílovou skupinu, stanovte cíle a navrhněte postupy: snížení konzumace soli
- Intervence: zdůvodněte, zvolte cílovou skupinu, stanovte cíle a navrhněte postupy: osteoporóza
- Intervence: zdůvodněte, zvolte cílovou skupinu, stanovte cíle a navrhněte postupy: pitný režim
- Intervence: zdůvodněte, zvolte cílovou skupinu, stanovte cíle a navrhněte postupy: slazené nápoje
- Intervence: zdůvodněte, zvolte cílovou skupinu, stanovte cíle a navrhněte postupy: vláknina
- Intervence: zdůvodněte, zvolte cílovou skupinu, stanovte cíle a navrhněte postupy: nádorové onemocnění
- Intervence: zdůvodněte, zvolte cílovou skupinu, stanovte cíle a navrhněte postupy: kardiovaskulární onemocnění
- Intervence: zdůvodněte, zvolte cílovou skupinu, stanovte cíle a navrhněte postupy: jód
- Intervence: zdůvodněte, zvolte cílovou skupinu, stanovte cíle a navrhněte postupy: zubní kaz
- Intervence: zdůvodněte, zvolte cílovou skupinu, stanovte cíle a navrhněte postupy: obezita
- Intervence: zdůvodněte, zvolte cílovou skupinu, stanovte cíle a navrhněte postupy: obaly potravin
- Intervence: zdůvodněte, zvolte cílovou skupinu, stanovte cíle a navrhněte postupy: výživa a kouření
- Intervence: zdůvodněte, zvolte cílovou skupinu, stanovte cíle a navrhněte postupy: vitamin D