

SYLLABUS

1. Puni naziv nastavnog predmeta:

NAUKA O PREHRANI

2. Skraćeni naziv nastavnog predmeta / šifra:**3. Ciklus studija:****4. Bodovna vrijednost ECTS:****5. Status nastavnog predmeta:** Obavezni Izborni**6. Preduslovi za polaganje nastavnog predmeta:****7. Ograničenja pristupa:****8. Trajanje / semestar:****9. Sedmični broj kontakt sati:**

9.1. Predavanja:

9.2. Auditorne vježbe:

9.3. Laboratorijske / praktične vježbe:

10. Fakultet:

FARMACEUTSKI FAKULTET

11. Odsjek / Studijski program:

Farmacija (integrisani I i II ciklus)

12. Odgovorni nastavnik:

Dr. sci. Midhat Jašić, red.prof.

13. E-mail nastavnika:

midhat.jasic@untz.ba

14. Web stranica:**15. Ciljevi nastavnog predmeta:**

Uvod u predmet. Nutrijenti i prehrana. Kemijski sastav hrane. Ljudsko tijelo, hrana i energija, nutrijenti. Proteini i aminokiseline. Ugljični hidrati. Lipidi. Vitamini, hidrosolubilni i liposolubilni. Voda i minerali. Ostali sastojci hrane: alkohol, alkaloidi, glikozidi, fitosteroli, pigmenti. Aditivi. Vrste hrane. Komplementarna prehrana, funkcionalna hrana i dodaci prehrani. Metabolizam nutrijenata –osnove. Prehrambeni vodiči, preporuke i standardi. Bilans energije i upravljanje tjelesnom težinom. Hipersenzitivnosti na hranu i poremećaji prehrane. Životni ciklusi i prehrana.

16. Ishodi učenja:

Cilj kursa je usvajanje znanja i stvaranje prododžbe zasnovane na činjenicama o kemijskom sastavu hrane i pravilnoj prehrani. Tokom kursa studenti stječu znanja vezana za ulogu hrane u organizmu, principima prehrane, prehrambenim preporukama i standardima te esencijalnim komponentama hrane. Na kraju kursa uspješni studenti, koji su tokom čitavog nastavnog perioda kontinuirano obavljali svoje obaveze, će biti osposobljeni da savjetuju zdrave osobe o pravilnoj prehrani.

17. Indikativni sadržaj nastavnog predmeta:

Nutrijenti i prehrana
Kemijski sastav hrane
Ljudsko tijelo, hrana i energija, nutrijenti
Proteini i aminokiseline
Ugljični hidrati
Lipidi
Vitamini, hidrosolubilni i liposolubilni
Voda i minerali
Ostali sastojci hrane, Alkohol, alkaloidi, glikozidi, fitosteroli, pigmenti
Vrste hrane
Komplementarna prehrana, funkcionalna hrana i dodaci prehrani
Metabolizam nutrijenata -osnove
Prehrambeni vodiči i standardi
Bilans energije i upravljanje tjelesnom težinom
Hipersenzitivnosti na hranu i poremećaji prehrane
Životni ciklusi i prehrana
Evaluacija kursa

18. Metode učenja:

Predavanja, seminarski radovi i konsultacije.

19. Objašnjenje o provjeri znanja:

Provjera znanja vrši se kroz predispitne obaveze i završni ispit:

Predispitne obaveze sastoje se od sljedećih elemenata:

Test	45 bodova
Seminarski rad	30 bodova
Aktivnost i prisustvo na predavanjima	5 bodova
UKUPNO	80 bodova

Završni ispit

Usmeni ispit	20 bodova
--------------	-----------

20. Težinski faktor provjere:

Ocjena na ispitu zasnovana je na ukupnom broju bodova koje je student stekao ispunjavanjem predispitnih obaveza i polaganjem ispita, a prema kvalitetu stečenih znanja i vještina, i sadrži maksimalno 100 bodova, te se utvrđuje prema sljedećoj skali:

10 (A) - 95-100 bodova

9 (B) - 85-94 boda

8(C) - 75-84 boda

7(D) - 65-74 boda

6(E) - 54-64 boda

21. Osnovna literatura:

Dietary reference intake for energy, carbohydrate, fiber, fat, fatty acids, cholesterol, protein, and aminoacids (macronutrients), Food and Nutrition Board, Institute of Medicine, National Academic Press, Washington DC. (2005).

22. Internet web reference:

<http://www.nap.edu/openbook.php?isbn=0309085373>. <http://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/nutrition-news/dietary-guidelines-for-americans-2010/>

23. U primjeni od akademske godine:

2018/2019.

24. Usvojen na sjednici NNV/UNV:

april 2024