



KATALOG ZNANJA

1. Ime modula: PREHRANA IN DIETETIKA (PDI)

2. Usmerjevalni cilji :

Dijak:

- pridobi znanja o zdravi, uravnoteženi in dietni prehrani
- promovira zdrav življenjski slog in varovanje zdravja
- uporablja nova spoznanja na področju prehranskih navad pri svojem delu
- loči ustreznost pripravljenih obrokov varovalne in dietne hrane za oskrbovanca

3. Poklicne kompetence:

- pozna hranilne snovi in živila, njihov pomen v zdravi prehrani in posledice nepravilnega uživanja
- loči različne vrste diet in jih zna uporabiti v praksi
- oblikuje ustrezen jedilnik za zdravo, uravnoteženo, varovalno in dietno prehrano

4. Operativni cilji:

INFORMATIVNI CILJI	FORMATIVNI CILJI
Hranilne snovi in zdrava prehrana <ul style="list-style-type: none">- razloži vrste, pomen, lastnosti hranilnih snovi in posledice nepravilnega prehranjevanja- razume pomen zdravega življenjskega sloga in vlogo prehrane v njem- opiše prehransko piramido- našteje pravila zdrave prehrane in režim prehranjevanja- pojasni pomen varovalne prehrane in uravnoteženega jedilnika- pozna ustrezna živila v varovalni prehrani	<ul style="list-style-type: none">- izbere ustrezno živilo in način priprave živila v varovalni prehrani- sestavi varovalni jedilnik- kritično ocenjuje različne načine alternativnega prehranjevanja- izbira primerno zamenjavo živil za sestavo energijsko in hranilno uravnoteženega jedilnika pri alternativnem načinu prehranjevanja- načrtuje obroke za prehranjevanje različnih skupin prebivalstva upoštevajoč sodobna priporočila za



<ul style="list-style-type: none">- navede lahko prebavljiva živila in njihovo uporabnost- našteje posledice motenega prehranjevanja zaradi nepravilnosti v prebavi, presnovi hrane in nezadostnega vnosa posameznih hranilnih snovi- loči alternativne načine prehranjevanja ter planiranje obrokov z načeli zdrave prehrane- opiše prehrano različnih skupin prebivalstva: dojenčka, otroka, mladostnika, nosečnice, otročnice, starostnika	<p>prehrano in značilnosti prehrane posameznih skupin prebivalstva</p>
<p>Dietetika</p> <ul style="list-style-type: none">- pojasni pojme: dieta, dietetika, medicinska dietetika- opiše načela za predpisovanje diet- opiše dieto glede na konsistenco hrane- razloži osnovna priporočila diete pri debelosti- opiše vrste shujševalnih diet ter pravilnosti in nepravilnosti pri izvajanju shujševalne diete- opiše dieto pri povišani telesni temperaturi- razloži splošna načela za pravilno uživanje hrane, s katerim ne obremenjujemo prebave- opiše dieto pri vnetju ustne sluznice ust in požiralnika- razloži dieto pri vnetju in razjedi želodca in dvanajstnika- razloži dieto pri akutnem vnetju črevesja z diarejo- razloži dieto pri kroničnem zaprtju- razloži dieto pri kroničnem vnetju črevesja (ulcerozni kolitis, Chronova bolezen)- razloži dieto pri celiakiji- opiše splošna načela diete pri obolenjih jeter: akutni virusni hepatitis, kronični hepatitis, alkoholni okvari in ciroza jeter- opiše splošna načela diete pri boleznih žolčnika in žolčevodov- razloži dieto pri sladkorni bolezni (diabetes)	<ul style="list-style-type: none">- izbira primerna varovalna, dietna živila, dietne dodatke, nadomestke- izračuna energetsko odmerjen jedilnik za posameznika- izvaja nego oskrbovanca ki odklanja hrano pri shujšanosti- izbira primerna živila, konsistenco in način priprave živil pri pripravi različnih dietnih jedilnikov- sestavi jedilnik pri: debelosti, shujševalni dieti, povišani telesni temperaturi, obolenjih prebavil, akutnem vnetju črevesja z diarejo, kroničnem zaprtju, celiakiji, obolenjih jeter, boleznih žolčnika in žolčevodov, sladkorni bolezni, pri dieti s predpisano količino soli, protinu, obolenju ledvic, boleznih srca in ožilja, anemiji, boleznih dihal, alergiji na hrano



<ul style="list-style-type: none">- razloži pripravo diete z omejeno količino soli in strogo neslano dieto- razloži dieto pri obolenju ledvic: akutna ledvična odpoved, kronična odpoved ledvic, infekcija sečil, ledvični kamni- razloži dieto pri protinu- pozna dieto pri boleznih srca in ožilja: povišan holesterol, zvišan krvni tlak, infarkt srčne mišice- navede priporočila pri anemiji- razloži dieto pri boleznih dihal- pozna priporočila pri onkološkem bolniku- Pozna dieti pri AIDS-u- Pozna dieto pri alergijah na hrano	
---	--