

Datum: Rijeka, 01.07.2025.

Kolegij: Dijetetika

Voditelj: Izv. prof. dr. sc. Sanja Klobučar, dr. med.

Katedra: Katedra za kliničke medicinske znanosti I

Studij: Prijediplomski sveučilišni studiji - Sestrinstvo izvanredni

Godina studija: 1

Akadska godina: 2025./2026.

IZVEDBENI NASTAVNI PLAN

Podaci o kolegiju (kratak opis kolegija, opće upute, gdje se i u kojem obliku organizira nastava, potreban pribor, upute o pohađanju i pripremi za nastavu, obveze studenata i sl.):

Kolegij **Dijetetika** je obvezni kolegij na prvoj godini izvanrednog Sveučilišnog prijediplomskog studija sestrinstva i sastoji se od 30 sati predavanja. Kolegij se izvodi u prostorijama Fakulteta zdravstvenih studija (predavaonica Z6).

Cilj kolegija je usvajanje osnovnih znanja iz područja dijetetike i znanosti o prehrani. Cilj je upoznati studente s mikro i makronutrijentima, skupinama i sastavu namirnica, metodama procjene nutritivnog statusa te energetske i nutritivne potrebe zdravih i bolesnih osoba, specifičnostima prehrane u različitim životnim razdobljima te osnovama dijetoterapije najčešćih bolesti. Osobiti naglasak je na osposobljavanju studenata za prepoznavanje bolesnika koji su u nutritivnom riziku te razumijevanju uloge medicinskih sestara/tehničara u promicanju temeljnih postulata pravilne prehrane u cilju prevencije i liječenja pojedinih stanja i bolesti.

Izvođenje nastave: Nastava se izvodi u obliku predavanja, seminara i vježbi. Predviđeno vrijeme trajanja nastave je tijekom ljetnog semestra.

Popis obvezne ispitne literature:

Štimac D i sur. Dijetoterapija i klinička prehrana, Zagreb; Medicinska naklada, 2021.
Vranešić Bender D i sur. Dijetoterapija, Zagreb, Medicinska naklada, 2023.

Popis dopunske literature:

Verbanac D. O prehrani, što kada i zašto jesti, Zagreb; Školska knjiga, 2002.
Pokrajac Bulian A i sur. Pretilost – spremnost za promjenu, Jastrebarsko; Naklada Slap, 2010.
A. Kaic-Rak, K. Antonic: Tablice o sastavu namirnica i pića, Zavod za zaštitu zdravlja SR Hrvatske, Zagreb, 1990.
Katz D.L. Nutrition in Clinical Practice, Wolters Kluwer, 4th edition, 2021.

Nastavni plan:

Popis predavanja (s naslovima i pojašnjenjem):

P1. Uvod u kolegij

Ishodi učenja:

- upoznati studente s definicijom dijetetike i temeljnim postulatima pravilne prehrane
- razumijeti ulogu prehrane u prevenciji i liječenju bolesti

P2-3. Hranjive tvari – makronutrijenti

Ishodi učenja:

- razlikovati i opisati vrste makronutrijenta
- navesti najznačajnije izvore ugljikohidrata, bjelancevina i masti u hrani
- poznavati dnevne potrebe za pojedinim makronutrijentima
- razumijeti važnost vlakana u prehrani i navesti namirnice bogate vlaknima

P4-6. Hranjive tvari – mikronutrijenti

Ishodi učenja:

- razlikovati i opisati vrste mikronutrijenta
- navesti podjelu vitamina, njihovu funkciju u organizmu i glavne izvore u hrani
- navesti najznačajnije mineralne tvari, poznavati njihovu ulogu u organizmu i glavne izvore u hrani

P7-8. Upoznavanje i sastav namirnica

Ishodi učenja:

- razlikovati glavne skupine namirnica
- upoznati studente sa sastavom namirnica biljnog i životinjskog podrijetla

P9. Metode mjerenja prehrambenog unosa i procjene kakvoće prehrane

Ishodi učenja:

- razlikovati, usporediti i procijeniti različite načine prehrane
- prepoznati negativne utjecaje nepravilne prehrane na zdravlje čovjeka i predložiti rješenje problema

P10-11. Procjena nutritivnog statusa, energijskih i nutritivnih potreba

Ishodi učenja:

- poznavati temeljne metode procjene nutritivnog statusa
- znati upotrijebiti antropometrijske metode i upitnike za ocjenu stanja uhranjenosti
- znati prepoznati osobe u nutritivnom riziku
- znati izračunati energetske potrebe zdravih i bolesnih osoba

P12. Prehrambene preporuke i standardi

Ishodi učenja:

- upoznati studente sa svjetskim, nacionalnim i specifičnim preporukama i standardima - od DRI/RDA i preporučenih općih načela zdrave prehrane do smjernica za prevenciju i liječenje bolesti

- upoznati studente s odlukom o standardu prehrane bolesnika u bolnici

P13-14. Kvaliteta i sigurnost hrane

Ishodi učenja:

- usvojiti znanja o hrani kao rizičnom čimbeniku u prijenosu infekcija te biološkoj i kemijskoj kontaminaciji hrane
- objasniti mjere prevencije narušavanja kvalitete i sigurnosti hrane
- razumijeti ulogu sanitarne kontrole objekata, zaposlenih osoba, namirnica i hrane
- opisati vrste konzerviranja hrane

P15-16. Proces planiranja obroka za bolesnike

Ishodi učenja:

- procijeniti i sastaviti jelovnik sukladno fiziološkim potrebama pojedinca u institucionalnim i osobnim uvjetima

P17-18. Specifičnosti prehrane trudnica, roditelja i dojilja

Ishodi učenja:

- poznavati temeljna načela prehrane trudnica, roditelja i dojilja

P19-20. Specifičnosti prehrane dojenčadi, djece i adolescenata

Ishodi učenja:

- upoznati se sa specifičnostima prehrane dojenčadi, djece i adolescenata

P21. Dijetoterapija kod bolesti bubrega

Ishodi učenja:

- usvojiti i objasniti temeljnje odrednice dijetoterapije kod bolesti bubrega

P22. Dijetoterapija kod kardiovaskularnih bolesti

Ishodi učenja:

- usvojiti i objasniti temeljne odrednice dijetoterapije kod kardiovaskularnih bolesti

P23. Dijetoterapija šećerne bolesti

Ishodi učenja:

- razumijeti važnost pravilne prehrane u prevenciji šećerne bolesti i regulaciji glikemije
- usvojiti znanja o nutritivnim potrebama osoba sa šećernom bolesti
- odrediti broj obroka ovisno o vrsti šećerne bolesti i propisanoj terapiji
- razumijeti važnost postizanja i održavanja zadovoljavajuće tjelesne mase u prevenciji i liječenju šećerne bolesti tip 2

P24. Dijetoterapija kod bolesti probavnog sustava

Ishodi učenja:

- usvojiti i objasniti temeljne odrednice dijetoterapije pojedinih bolesti probavnog sustava

P25-26. Enteralna i parenteralna prehrana

Ishodi učenja:

- upoznati studente s vrstama enteralnih pripravaka i tehnikama dopremanja hrane u crijevo
- upoznati studente sa sastavom parenteralnih otopina i načinima provođenja parenteralne prehrane centralnim venskim pristupom te perifernim venskim pristupom

P27. Nutritivna potpora onkoloških bolesnika

Ishodi učenja:

- usvojiti i objasniti temeljne odrednice dijetoterapije onkoloških bolesnika

P28. Redukcijske dijeta

Ishodi učenja:

- upoznati studente s temeljnim principima liječenja debljine
- objasniti različite vrste redukcijskih dijeta s kritičkim osvrtom i naglaskom na zdravstvene rizike znanstveno neutemeljenih "popularnih" dijeta

P29-30. Mediteranski, vegetarijanski i ostali obrasci prehrane

Ishodi učenja:

- upoznati se sa temeljnim značajkama mediteranske prehrane
- razumijeti preventivnu i kurativnu ulogu mediteranske prehrane
- poznavati ostale obrasce prehrane i uz njih vezane moguće zdravstvene rizike

Obveze studenata:

Studenti su obvezni redovito pohađati i aktivno sudjelovati u svim oblicima nastave.

Ispit (način polaganja ispita, opis pisanog/usmenog/praktičnog dijela ispita, način bodovanja, kriterij ocjenjivanja):

ECTS bodovni sustav ocjenjivanja:

Ocjenjivanje studenata provodi se prema važećem Pravilniku o studijima Sveučilišta u Rijeci te prema Pravilniku o ocjenjivanju studenata na FZS u Rijeci (usvojenom na Fakultetskom vijeću FZS u Rijeci). Ocjenjivanje studenata vrši se primjenom ECTS (A-E) i brojčanog sustava (1-5). Ocjenjivanje u ECTS sustavu izvodi se prema preddiplomskim kriterijima ocjenjivanja.

Rad izvanrednih studenata vrednovat će se i ocjenjivati na slijedeći način:

- a) prisustvo - 10 ocjenskih bodova
- b) pismeni test - 60 ocjenskih bodova
- c) usmeni ispit - 30 ocjenskih bodova

što ukupno iznosi **100 %** ocjenskih bodova.

a) Pohađanje nastave

Nazočnost na predavanjima je obvezna. Student može izostati s 50% nastave isključivo **zbog opravdanih razloga** (što opravdava ispričnicom).

Ukoliko student opravdano ili neopravdano izostane s **više od 50% nastave ne može nastaviti praćenje kolegija te gubi mogućnost izlaska na završni ispit.**

Bodovanje **nazočnosti na nastavi** (predavanja) obavlja se na slijedeći način:

% nazočnosti	ocjenski bodovi
50 -70	5

71-90

8

91-100

10

b) i c) Završni ispit

Završni ispit je pismeni i usmeni.

Završnom ispitu mogu pristupiti studenti koji su bili redoviti na predavanjima.

Usmenom dijelu ispita može se pristupiti samo nakon položenog završnog pismenog testa.

Pismeni test sastoji se od 60 pitanja te nosi 60 ocjenskih bodova. Kriterij za dobivanje ocjenskih bodova je **50% točno riješenih pitanja**.

Ocjenjivanje i bodovanje na završnom ispitu

1. Pismeni test sastoji se od 60 pitanja te nosi 60 ocjenskih bodova. Kriterij za dobivanje ocjenskih bodova je **50% točno riješenih pitanja**.

Uspjeh na završnom ispitu pretvara se u ocjenske bodove na sljedeći način:

Točni odgovori	ocjenski bodovi
30	30
31	31
32	32
33	33
34	34
35	35
.....	
.....	
58	58
59	59
60	60

Usmenom dijelu ispita može se pristupiti samo nakon položenog završnog pismenog testa.
Usmeni dio ispita nosi do 30 ocjenskih bodova.

ocjena	ocjenski bodovi
Nedovoljan	0
Dovoljan	20
Dobar	25
Vrlo dobar	28
Izvrstan	30

Ocjenjivanje u ECTS sustavu vrši se na temelju **konačnog postignuća**:

A – 90 - 100% bodova

B – 75 - 89,9%

C – 60 - 74,9%

D – 50 - 59,9%

F – 0 - 49,9 %

Ocjene u ECTS sustavu prevode se u brojčani sustav na sljedeći način:

A = izvrstan (5)

B = vrlo dobar (4)

C = dobar (3)

D = dovoljan (2)

F = nedovoljan (1)

Mogućnost izvođenja nastave na stranom jeziku:

Da.

Ostale napomene (vezane uz kolegij) važne za studente:

Sve moguće dodatne detaljne informacije i upute studenti mogu kontinuirano dobiti tijekom nastave od voditelja kolegija te svih nastavnika i suradnika uključenih u nastavu, osobnim kontaktom ili putem elektroničke pošte.

SATNICA IZVOĐENJA NASTAVE (za akademsku 2025./2026. godinu)

Datum	Predavanja (vrijeme i mjesto)	Seminari (vrijeme i mjesto)	Vježbe (vrijeme i mjesto)	Nastavnik
07. 04. 2026.	P1-3 (14,00 – 15,30) Predavaonica Z6			Izv. prof. dr. sc. Sanja Klobučar, dr. med.
07. 04. 2026.	P4-6 (15,45 – 17,15) Predavaonica Z6			Izv. prof. dr. sc. Sanja Klobučar, dr. med.
07. 04. 2026.	P7-11 (17,30 – 19,00) Predavaonica Z6			Izv. prof. dr. sc. Sanja Klobučar, dr. med.
08. 04. 2026.	P12-14 (08,00-09,30) Predavaonica Z6			Doc dr.sc. Gordana Kenđel Jovanović, dipl. ing. nutr.
08. 04. 2026.	P15-16 (09,45– 11,00) Predavaonica Z6			Doc. dr.sc. Gordana Kenđel Jovanović, dipl. ing. nutr.
08. 04. 2026.	P17-18 (11,15 – 13,00) Predavaonica Z6			Doc. dr. sc. Ines Krištofić, dr. med.
09. 04. 2026.	P19-20 (8,00– 9,30) Predavaonica Z7			Kristina Baraba Dekanić, dr. med.
09. 04. 2026.	P21 (09,45 – 10,30) Predavaonica Z7			Dr. sc. Božidar Vujičić, dr. med
09. 04. 2026.	P22-24 (10,45 – 13,00) Predavaonica Z7			Izv. prof. dr. sc. Sanja Klobučar, dr. med.
10. 04. 2026.	P25-26 (08,00 – 09,30) Predavaonica Z5			Anja Radovan, dr. med.
10. 04. 2026.	P27-28 (09,45–11,00) Predavaonica Z5			Izv. prof. dr. sc. Sanja Klobučar, dr. med.
10. 04. 2026.	P29-30			Izv. prof. dr. sc. Sanja Klobučar, dr. med.

	(11,15 – 13,00) Predavaonica Z5			
--	------------------------------------	--	--	--

Popis predavanja:

	PREDAVANJA (tema predavanja)	Broj sati nastave	Mjesto održavanja
P1	Uvod u kolegij	1	Predavaonica Z6
P2-3	Hranjive tvari – makronutrijenti	2	Predavaonica Z6
P4-6	Hranjive tvari – mikronutrijenti	3	Predavaonica Z6
P7-8	Upoznavanje i sastav namirnica	2	Predavaonica Z6
P9	Metode mjerenja prehrambenog unosa i procjene kakvoće prehrane	1	Predavaonica Z6
P10-11	Procjena nutritivnog statusa, energijskih i nutritivnih potreba	2	Predavaonica Z6
P12	Prehrambene preporuke i standardi	1	Predavaonica Z6
P13-14	Kvaliteta i sigurnost hrane	2	Predavaonica Z6
P15-16	Proces planiranja obroka za bolesnike	2	Predavaonica Z6
P17-18	Specifičnosti prehrane trudnica, rodilja i dojilja	2	Predavaonica Z6
P19-20	Specifičnosti prehrane dojenčadi, djece i adolescenata	2	Predavaonica Z7
P21	Dijetoterapija kod bolesti bubrega	1	Predavaonica Z7
P22	Dijetoterapija kod kardiovaskularnih bolesti	1	Predavaonica Z7
P23	Dijetoterapija šećerne bolesti	1	Predavaonica Z7
P24	Dijetoterapija kod bolesti probavnog sustava	1	Predavaonica Z7
P25-26	Enteralna i parenteralna prehrana	2	Predavaonica Z5
P27	Nutritivna potpora onkoloških bolesnika	1	Predavaonica Z5
P28	Redukcijske dijetе	1	Predavaonica Z5
P29-30	Mediterranski, vegetarijanski i ostali obrasci prehrane	2	Predavaonica Z5
	Ukupan broj sati predavanja	30	

	ISPITNI TERMINI (završni ispit)
1.	07.05.2026.
2.	03.06.2026.
3.	03.07.2026.
4.	02.09.2026.