

Kolegij: Dijetetika

Voditelj: Prof. dr. sc. Sanja Klobučar, dr. med.

E mail voditelja: sanja.klobucar@medri.uniri.hr

Katedra: Katedra za kliničke medicinske znanosti I

Studij: Sveučilišni prijediplomski studij - Sestrinstvo izvanredni

Godina studija: 1.

Akadska godina: 2026. /2027.

## 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. Antonić: 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, bjelančevina 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:*

- poznati 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 temeljnje odrednice dijetoterapije onkoloških bolesnika

### **P28. Redukcijske dijete**

*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 2026./2027. godinu)

| Datum         | Predavanja<br>(vrijeme i mjesto)                    | Seminari<br>(vrijeme i mjesto) | Vježbe<br>(vrijeme i mjesto) | Nastavnik                                                 |
|---------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| 05. 04. 2027. | <b>P1-3</b><br>(8,15 – 09,45)<br>Predavaonica Z6    |                                |                              | Prof. dr. sc. Sanja Klobučar, dr. med.                    |
| 05. 04. 2027. | <b>P4-6</b><br>(10,00 – 11,30)<br>Predavaonica Z6   |                                |                              | Prof. dr. sc. Sanja Klobučar, dr. med.                    |
| 05. 04. 2027. | <b>P7-11</b><br>(11,45– 13,15)<br>Predavaonica Z6   |                                |                              | Prof. dr. sc. Sanja Klobučar, dr. med.                    |
| 06. 04. 2027. | <b>P12-14</b><br>(14,00-15,30)<br>Predavaonica Z6   |                                |                              | Doc dr.sc. Gordana Kenđel<br>Jovanović, dipl. ing. nutr.  |
| 06. 04. 2027. | <b>P15-16</b><br>(15,45– 17,15)<br>Predavaonica Z6  |                                |                              | Doc. dr.sc. Gordana Kenđel<br>Jovanović, dipl. ing. nutr. |
| 06. 04. 2027. | <b>P17-18</b><br>(17,30 – 19,00)<br>Predavaonica Z6 |                                |                              | Doc. dr. sc. Ines Krištofić, dr. med.                     |
| 07. 04. 2026. | <b>P19-20</b><br>(8,15– 9,45)<br>Predavaonica Z6    |                                |                              | Kristina Baraba Dekanić, dr. med.                         |
| 07. 04. 2026. | <b>P21</b><br>(10,00– 11,30)<br>Predavaonica Z6     |                                |                              | Dr. sc. Božidar Vujičić, dr. med                          |
| 07. 04. 2026. | <b>P22-24</b><br>(11,45 – 13,15)<br>Predavaonica Z6 |                                |                              | Prof. dr. sc. Sanja Klobučar, dr. med.                    |
| 08. 04. 2026. | <b>P25-26</b><br>(08,00 – 09,30)<br>Predavaonica Z6 |                                |                              | Anja Radovan, dr. med.                                    |
| 08. 04. 2026. | <b>P27-28</b><br>(09,45–11,00)<br>Predavaonica Z6   |                                |                              | Prof. dr. sc. Sanja Klobučar, dr. med.                    |
| 08. 04. 2026. | <b>P29-30</b><br>(11,15 – 13,00)<br>Predavaonica Z6 |                                |                              | Prof. dr. sc. Sanja Klobučar, dr. med.                    |

**Popis predavanja:**

|        | <b>PREDAVANJA (tema predavanja)</b>                             | <b>Broj sati nastave</b> | <b>Mjesto održavanja</b> |
|--------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 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 Z6          |
| P21    | Dijetoterapija kod bolesti bubrega                              | 1                        | Predavaonica Z6          |
| P22    | Dijetoterapija kod kardiovaskularnih bolesti                    | 1                        | Predavaonica Z6          |
| P23    | Dijetoterapija šećerne bolesti                                  | 1                        | Predavaonica Z6          |
| P24    | Dijetoterapija kod bolesti probavnog sustava                    | 1                        | Predavaonica Z6          |
| P25-26 | Enteralna i parenteralna prehrana                               | 2                        | Predavaonica Z6          |
| P27    | Nutritivna potpora onkoloških bolesnika                         | 1                        | Predavaonica Z6          |
| P28    | Redukcijske dijetete                                            | 1                        | Predavaonica Z6          |
| P29-30 | Mediterranski, vegetarijanski i ostali obrasci prehrane         | 2                        | Predavaonica Z6          |
|        | <b>Ukupan broj sati predavanja</b>                              | <b>30</b>                |                          |

|    | <b>ISPITNI TERMINI (završni ispit)</b> |
|----|----------------------------------------|
| 1. | 23.04.2027.                            |
| 2. | 14.05.2027.                            |
| 3. | 10.06.2027.                            |
| 4. | 01.09.2027.                            |