



Факултет по обществено здраве

Катедра „ХИГИЕНА“

4002 Пловдив, бул. В. Априлов № 15 А
тел.: 032 200 656; 032 200 655
email: hygiene@fph.mu-plovdiv.bg



Faculty of Public Health

Department of HYGIENE

15A, Vasil Aprilov Blvd, 4002 Plovdiv
phone: 00359 32 200 656
email: hygiene@fph.mu-plovdiv.bg

ПРОГРАМА

ПО СИП „ЗДРАВΟΣЛОВНО ХРАНЕНЕ, ХРАНИТЕЛЕН БАЛАНС И ДИСБАЛАНС“ ЗА СТУДЕНТИ ОТ СПЕЦИАЛНОСТ „ИНСТРУКТОР ДИЕТИЧНО ХРАНЕНЕ“, ЛЕТЕН СЕМЕСТЪР НА УЧЕБНАТА 2020/2021г.

ЛЕКЦИИ

№	ТЕМА	Часове	Дата
1.	Здравословно хранене - принципи. Хранителен баланс и дисбаланс при енергиен дефицит и свръхенергиен прием.	2 ч.	12.02.2021
2.	Хранителен баланс и дисбаланс при намален или прекомерен прием на белтъци. Хранителен баланс и дисбаланс при намалена или прекомерна консумация на мазнини.	2 ч.	19.02.2021
3.	Хранителен баланс и дисбаланс при намалена или прекомерна консумация на въглехидрати. Хранителен баланс и дисбаланс на минерални вещества.	2 ч.	26.02.2021
4.	Хранителен баланс и дисбаланс при прием на водно- и мастно разтворими витамини.	2 ч.	5.03.2021
5.	Хранителен баланс и дисбаланс. Малнутриция. Хранителен баланс и дисбаланс при Хранене и бременност.	2 ч.	12.03.2021
6.	Хранителен баланс и дисбаланс в детското хранене. Хранителен баланс и дисбаланс. Хранене при стари хора.	2 ч.	19.03.2021
7.	Хранителен баланс и дисбаланс. Метаболитен синдром.	2 ч.	26.03.2021
8.	Хранителен баланс и дисбаланс. Затлъстяване.	2 ч.	2.04.2021
9.	Хранителен баланс и дисбаланс. Остеопороза. Хранителен баланс и дисбаланс. Желязо-дефицитна анемия.	2 ч.	9.04.2021
10.	Хранителен баланс и дисбаланс. Ендемична гушавост. Хранителен баланс и дисбаланс и имунитет.	2 ч.	16.04.2021

Общо 20 уч.ч.

УПРАЖНЕНИЯ

№	ТЕМА	Часове	Дата
1.	Енергиен баланс и дисбаланс, енергийни потребности. Методи за определяне на енергоразхода, нормална телесна маса и потребности от хранителни вещества. Оценка, съставяне на меню при различни възрастови и професионални групи.	2 ч.	23.04.2021
2.	Хранителен баланс и дисбаланс. Малнутриция. Хранителен баланс и дисбаланс при бременност, в детското хранене, при стари хора. Принципи на изграждане на хранителния режим.	2 ч.	7.05.2021
3.	Хранителен баланс и дисбаланс. Метаболитен синдром. Затлъстяване. Изисквания към диетичния режим.	2 ч.	14.05.2021
4.	Хранителен баланс и дисбаланс. Желязо-дефицитна анемия. Остеопороза. Изисквания към хранителния режим.	2 ч.	21.05.2021
5.	Хранителен баланс и дисбаланс. Ендемична гушавост. Хранителен баланс и дисбаланс и имунитет. Особенности при съставяне на диетичния режим.	2 ч.	28.05.2021

Общо 10 уч.ч.

Изготвил: доц. д-р В. Атанасова, дм

Утвърдил: доц. д-р Ст.Харизанова, дм

Ръководител катедра

Приет на катедрен съвет с Протокол №