



## Διάγραμμα Μαθήματος

|                            |  |                                |
|----------------------------|--|--------------------------------|
| <b>Κωδικός Μαθήματος</b>   | <b>Τίτλος Μαθήματος</b>                      | <b>Πιστωτικές Μονάδες ECTS</b> |
| NUTR-330G                  | Διαιτολογία και Διατροφή-Θεωρία και Πρακτική | 6                              |
| <b>Προαπαιτούμενα</b>      | <b>Τμήμα</b>                                 | <b>Εξάμηνο</b>                 |
| Κανένα                     | Επιστημών Ζωής και Υγείας                    | Χειμερινό                      |
| <b>Κατηγορία Μαθήματος</b> | <b>Γνωστικό Πεδίο</b>                        | <b>Γλώσσα Διδασκαλίας</b>      |
| Υποχρεωτικό                | Διατροφή/Διαιτολογία                         | Αγγλικά/Ελληνικά               |
| <b>Επίπεδο Σπουδών</b>     | <b>Διδάσκων</b>                              | <b>Έτος Σπουδών</b>            |
| 1 <sup>ος</sup> Κύκλος     | Δρ Ελένη Ανδρέου                             | 3 <sup>ο</sup> Έτος            |
| <b>Τρόπος Διδασκαλίας</b>  | <b>Πρακτική Άσκηση</b>                       | <b>Συναπαιτούμενα</b>          |
| Πρόσωπο με πρόσωπο         | N/A  | NUTR-250G, NUTR-320G           |

### Στόχοι του μαθήματος:

Οι βασικοί στόχοι του μαθήματος είναι:

- Να κατανοηθούν τα προσόντα, οι ρόλοι και οι τόποι εξάσκησης του επαγγέλματος των διατροφολόγων, διαιτολόγων και κλινικών διαιτολόγων καθώς και οι ρόλοι των επαγγελματικών οργανώσεων και των ρυθμιστικών φορέων.
- Να εισάγει τον φοιτητή στις αρχές και τη θεωρία πίσω από την εξάσκηση της διαιτολογίας σε όλο το εύρος της, συμπεριλαμβανομένων των ηθικών ζητημάτων κατά την άσκηση χρησιμοποιώντας περιπτώσεις μελέτης.
- Να εξοικειωθούν οι φοιτητές με το υλικό πληροφοριών και πόρων που οι διαιτολόγοι πρέπει να έχουν στο επάγγελμα και στη δια βίου επαγγελματική τους ανάπτυξη και να αναπτύξουν ικανότητες στη συλλογή των στοιχείων από τις σχετικές επαγγελματικές οργανώσεις.
- Να αναπτύξει την ικανότητα των φοιτητών στην χρήση απαραίτητων εξισώσεων ενέργειας, στην αναφορά (food exchange system) της σύνδεσης των τροφίμων, στα διαιτητικά πρότυπα αναφοράς και το σύστημα ανταλλαγής τροφίμων με σκοπό την εκτίμηση της ενέργειας και των θρεπτικών συστατικών των αναγκών των ατόμων, να υπολογίσει και να συγκρίνει την περιεκτικότητα των τροφίμων σε θρεπτικά συστατικά και να αναλύσει την θερμιδική πρόσληψη.
- Να εξοικειώσει τους καθοριστικούς παράγοντες της επιλογής τροφίμων από ιδιώτες, οικογένειες και ομάδες.
- Να εκτιμήσουν θέματα διαχείρισης βάρους.
- Να εισάγει το φοιτητή στις αρχές της διατροφικής υποστήριξης, παραδείγματα των τεχνητών συμπληρωμάτων διατροφής και των αρχών ασφαλούς πρακτικής.

- Να εισάγει τα θέματα των τροφίμων και αλληλεπιδράσεις με άλλα φάρμακα και διατροφική επιδημιολογία.

### Μαθησιακά Αποτελέσματα:

Μετά την ολοκλήρωση του μαθήματος, οι φοιτητές θα είναι σε θέση να:

1. Είναι έτοιμοι να διαφοροποιήσουν μεταξύ των προσόντων, των ρόλων και τους τομείς της πρακτικής των διατροφολόγων, διαιτολόγων και κλινικών διαιτολόγων.
2. Είναι εξοικειωμένοι με τον κώδικα δεοντολογίας των επαγγελματιών της διαίτολογίας, συμπεριλαμβανομένων των καθηκόντων προς τους άλλους επαγγελματίες και τους πελάτες / ασθενείς και να είναι σε θέση να συζητήσουν σεμινάρια ηθικής.
3. Εξηγήσει τους ρόλους των επαγγελματικών οργανώσεων, των ρυθμιστικών φορέων και φορέων για διατροφικές πληροφορίες.
4. Είναι σε θέση να έχουν πρόσβαση και να χρησιμοποιούν τους πόρους και την βιβλιογραφία για τη δική τους πρακτική και τη δια βίου μάθηση και την επαγγελματική ανάπτυξη και για να επωφελοούνται οι πελάτες / ασθενείς τους.
5. Είναι σε θέση να εξηγούν τι είναι τα διατροφικά πρότυπα αναφοράς, να είναι σε θέση να τα διαφοροποιήσουν και να τα εφαρμόσουν σε μελέτες περιπτώσεων.
6. Κάνουν υπολογισμός των ενεργειακών απαιτήσεων και να επιδείξουν ικανότητα να χρησιμοποιήσουν αναφορές για την σύνθεση των τροφίμων, και το σύστημα ανταλλαγής τροφίμων για διάφορες διατροφικές αναλύσεις.
7. Συζητήσουν τους καθοριστικούς παράγοντες της επιλογής τροφίμων των ατόμων, των οικογενειών και των ομάδων και σε θέματα διαχείρισης βάρους.
8. Προσδιορίσουν αρχές της διατροφικής υποστήριξης, παραδείγματα τεχνητών συμπληρωμάτων διατροφής και αρχές ασφαλούς πρακτικής.
9. Αποδείξουν την κατανόηση των βασικών θεμάτων γύρω από τα τρόφιμα και τις αλληλεπιδράσεις φαρμάκων και διατροφική επιδημιολογία.

### Περιεχόμενο μαθήματος:

1. Μια σύντομη ιστορία της διαίτολογίας, τομείς της πρακτικής και πιστοποιήσεις (credentials)
2. Οι μεγάλες επαγγελματικές οργανώσεις, οι ρυθμιστικοί φορείς και οι οργανισμοί για πληροφορίες
3. Κώδικας δεοντολογίας της υγειονομικής περίθαλψης
4. Συστήματα υγειονομικής περίθαλψης, εθνικές και διεθνείς πολιτικές και υπηρεσίες
5. Διαιτητικές τιμές αναφοράς (DRV)
6. Πίνακες σύνθεσης Τροφίμων
7. Περιεχόμενο σε θρεπτικά συστατικά, υπολογισμός και αξιολογήσεις ανάγκες ενέργειας και θρεπτικών συστατικών, το σύστημα ανταλλαγής τροφίμων
8. Διατροφική αξιολόγηση και η έννοια της ευχαρίστησης του φαγητού
9. Προσδιοριστικοί παράγοντες της επιλογής τροφίμων σε άτομα, οικογένειες και ομάδες.
10. Εκτίμηση διατροφικών απαιτήσεων, Αξιολόγηση των διατροφικών κινδύνων  
Θέματα διαχείρισης
11. Βάρος (διατροφή, άσκηση και τροποποίηση συμπεριφοράς)

12. Αρχές της διατροφικής υποστήριξης και στρατηγικές, αρχές ασφαλούς πρακτικής  
 13. Εισαγωγή στα τρόφιμα και αλληλεπιδράσεις με φάρμακα, διατροφική υποστήριξη, τεχνητά συμπληρώματα διατροφής  
 14. Διατροφική επιδημιολογία

### Μαθησιακές Δραστηριότητες και Διδακτικές Μεθόδους:

Διαλέξεις, συζήτηση στην τάξη, μελέτες περιπτώσεων, ομαδικές εργασίες

### Μέθοδοι Αξιολόγησης:

Τελική εξέταση, Mid-Term, Assignments/Εργασίες/case study, Παρακολούθηση / συμμετοχή

### Απαιτούμενα Διδακτικά Εγχειρίδια και Βιβλιογραφία:

| Τίτλος   | Συγγραφέας  | Εκδοτικός Οίκος    | Έτος | ISBN              |
|--|---|--------------------|------|-------------------|
| Κλινική Διατροφή στην Πράξη                          | Nikolaos Katsilambros, Charilaos Dimosthenopoulos, Meropi Kontogianni, Evangelia Manglara, Kalliopi-Anna Poulia | Παρισιανου Α.Ε.    | 2017 | 9789605830786     |
| Πρακτικός Οδηγός Κλινικής Διατροφής για Διαιτολόγους | NANCIE H. HERBOLD, SARI EDELSTEIN   | Παρισιανου Α.Ε.    | 2017 | 9789605830724     |
| Pumping Insulin Book                                 | J Walsh & R Roberts<br>6th Edition  | Torrey Pines Press | 2016 | 9781884804888     |
| Pumping Insulin,                                     | John Walsh, PA, Ruth Roberts, MA 5th Edition  | Torrey Pines Press | 2012 | 1884804128        |
| Εγχειρίδιο Κλινικής Διατροφής                        | Μερόπη Κοντογιάννη, Μαρία Γιαννακούλια, Καλλιόπη Καρατζη, Ευαγγελία Φάππα                                       | ΣΕΑΒ               | 2015 | 978-618-82124-1-1 |

|   |   |                  |      |                         |
|---|---|------------------|------|-------------------------|
| Δεξιότητες Συμβουλευτικής για Διαιτολόγος (2η Έκδοση) | Judy Gable,                                   | Παρισιανου Α.Ε   | 2013 | ISBN: 978-960-394-943-5 |
| Κλινική Διατροφή                                      | M. GIBNEY, M. ELIA, O. LJUNGQVIST, J. DOWSETT | ΠΑΡΙΣΙΑΝΟΥ Α.Ε., | 2010 | ISBN: 978-960-394-647-2 |

**Προτεινόμενα Διδακτικά Εγχειρίδια και Συμπληρωματική Βιβλιογραφία:**

| <b>Τίτλος</b>   | <b>Συγγραφέας</b>           | <b>Εκδοτικός Οίκος</b>                              | <b>Έτος</b> | <b>ISBN</b>  |
|---|-----------------------------|---|-------------|--------------|
| Clinical nutrition in practice (electronic resource)                  | Nikolaos Katsilambros et al | Chichester, West Sussex, U.K. Wiley-Blackwell       | 2010        | 1444325000   |
| The clinical dietitian's essential pocket guide (electronic resource) | Mary Width, Tonia Reinhard  | Wolters Kluwer Health/Lippincott Williams & Wilkins | 2009        | 980781788298 |