



НАЦИОНАЛЬНАЯ АКАДЕМИЯ
МЕДИЦИНСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ИМЕНИ Н. А. БОРОДИНА

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «НАЦИОНАЛЬНАЯ АКАДЕМИЯ
МЕДИЦИНСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ ИМ. Н.А. БОРОДИНА»

ИНН 7203508378 КПП 720301001
ОГРН 1207200014537

Утверждаю

Ректор
АНО ДПО «НАМО ИМ. Н.А. БОРОДИНА»


Мазурина А.О.

10.01.2024 г.



Дополнительная профессиональная программа

Профессиональной переподготовки

«Нутрициология»

срок освоения 502 академических часа (ов)

Тюмень 2024 год

Учебные дни	День 23	День 24	День 25	День 26	День 27	День 28	День 29	День 30	День 31	День 32	День 33
Кол-во часов	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
Учебные дни	День 34	День 35	День 36	День 37	День 38	День 39	День 40	День 41	День 42	День 43	День 44
Кол-во часов	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
Учебные дни	День 45	День 46	День 47	День 48	День 49	День 50	День 51	День 52	День 53	День 54	День 55
Кол-во часов	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
Учебные дни	День 56	День 57	День 58	День 59	День 60	День 61	День 62	День 63			День 64
Кол-во часов	8	8	8	8	8	8	3	3			8
Вид занятий	Лекции, самостоятельная работа										ИА (тест)

4. Учебный план

№ п/п	Перечень курсов, дисциплин (модулей)	Трудоемкость, час	Объем контактной работы по видам учебных занятий (ауд /внеауд /электр.)		Самостоятельная работа (с использованием ЭО и ДОТ)	Формы аттестации
			Лекции	Практические занятия		
1.	Базовые аспекты профессии нутрициолога	28	2	-	26	
2.	Основы физиологии	68	4	4	60	
3.	Основы биохимии и биологии	34	2	-	32	
4.	Основы нутрициологии. Макронутриенты и калории	46	4	4	38	
5.	Основы нутрициологии. Микронутриенты	50	4	4	42	
6.	Анатомия и физиология пищеварительной системы	54	4	4	46	
7.	Основы лабораторных методов исследования	52	2	4	46	
8.	Формирование программы питания клиента. Методы коррекции	54	8	4	42	
9.	Протоколы и стратегии здорового питания	58	14	2	42	
10.	Психологические аспекты в работе нутрициолога: психология пищевого поведения, расстройства	50	6	-	44	
11.	ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ	8	-	-	8	Зачет (Тест)
Объем программы, час.		502	50	26	426	-

5. Содержание курса

1. Профессия нутрициолог

- 1.1. Профессия «нутрициолог»
- 1.2. Взаимодействие нутрициолога и диетолога

2. Основы физиологии

- 2.1. Клетка: строение, рецепторы
- 2.2. Ткани в организме человека
- 2.3. Межклеточные контакты
- 2.4. Опорно-двигательный аппарат
- 2.5. Дыхательная система
- 2.6. Кровь. Лимфа. Ликвор
- 2.7. Выделительная система
- 2.8. Эндокринная система
- 2.9. Нервная система. Стресс
- 2.10. Иммуитет

3. Основы биохимии и биологии

- 3.1. Митохондрии – энергостанции клетки
- 3.2. Цикл Кребса. Часть 1
- 3.3. Цикл Кребса. Часть 2
- 3.4. Процессы окисления и восстановления в организме
- 3.5. Ферменты и коферменты. Роль витаминов в организме
- 3.6. Водород. рН

4. Основы нутрициологии. Макронутриенты и калории

- 4.1. Белки. Жиры
- 4.2. Углеводы. Клетчатка
- 4.3. Расчёт базового калоража и потребности в макронутриентах

5. Основы нутрициологии. Микронутриенты

- 5.1. Жирорастворимые витамины. Признаки дефицита/избытка
- 5.2. Водорастворимые витамины. Признаки дефицита/избытка
- 5.3. Витаминоподобные вещества
- 5.4. Минералы. Признаки дефицита/избытка
- 5.5. Лекарственные препараты. БАДы

6. Анатомия и физиология пищеварительной системы

- 6.1. Строение ЖКТ. Рецепторы
- 6.2. Поджелудочная железа. Инсулин и гликемический индекс
- 6.3. Печень и желчевыводящая система. Синтез и роль холестерина
- 6.4. Микробиом
- 6.5. Ферментация и брожение. Синтез серотонина, витаминов и короткоцепочечных жирных кислот
- 6.6. Учимся распознавать сигналы ЖКТ: диагностика по языку
- 6.7. Паразитоз: ищем правду, разрушаем мифы

7. Основы лабораторных методов исследования

- 7.1. Референсы и оптимумы
- 7.2. ОАК. Состав крови и интерпретация показателей
- 7.3. Биохимический анализ крови. Комплексная интерпретация
- 7.4. Липидный спектр
- 7.5. Анализ кала. Кальпротектин. Эластаза
- 7.6. Общий анализ мочи

8. Формирование программы питания клиента. Методы коррекции

- 8.1. Ферментная недостаточность. Коррекция
- 8.2. Пищевые аллергии. Ложные (перекрестные) аллергии. Коррекция
- 8.3. Синдром повышенной эпителиальной проницаемости. Истоки воспаления
- 8.4. Способы нелабораторной самодиагностики
- 8.5. Рационализация приема нутриентов и активных веществ
- 8.6. Видоспецифичное и персонализированное питание

9. Протоколы и стратегии здорового питания

- 9.1. Здоровое питание: правила и принципы готовки
- 9.2. Кето-диета и интервальное голодание
- 9.3. Средиземноморская диета
- 9.4. Палеотическая диета
- 9.5. Low Foodmap протокол
- 9.6. Диета Weight watchers
- 9.7. Дробное питание
- 9.8. Интуитивное питание
- 9.9. Монодиеты
- 9.10. Принципы и показания элиминационной диеты
- 9.11. Питание при гастрите и чувствительном желудке
- 9.12. Детокс диеты

10. Психологические аспекты в работе нутрициолога: психология пищевого поведения, расстройства

- 10.1. Совместная работа нутрициолога со специалистами психотерапевтического профиля
- 10.2. Диагностика пищевого поведения клиента
- 10.3. Зависимость от сладкого
- 10.4. ГТР. ТФР. ТДР. Депрессия
- 10.5. Расстройство пищевого поведения (РПП). Обзор видов РПП
- 10.6. Этика консультирования

6. Оценочные и методические материалы

Оценочные типовые задания

1. Митохондрия – это...
 - А. одномембранная органелла прокариот
 - Б. двумембранная органелла прокариот
 - В. одномембранная органелла эукариот
 - Г. двумембранная органелла эукариот
2. Цикл Кребса начинается с
 - А. щавелевоуксусной кислоты
 - Б. НАД
 - В. янтарной кислоты
 - Г. ацетилКоА
3. $pH = 5,5$ - это...
 - А. кислая среда
 - Б. щелочная
 - В. нейтральная
 - Г. слабощелочная

Методические материалы (Инструкция по работе с СДО) размещены на сайте Академии: <https://namobr.com/info/obrazovanie/>