

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОСТОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ» МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФАКУЛЬТЕТ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ**

ПРИНЯТО

на заседании ученого совета

ФГБОУ ВО РостГМУ

Минздрава России

Протокол № 1

« 12 » 01 2021 г.

УТВЕРЖДЕНО

приказом ректора

« 14 » 01 2021 г.

№ 06

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

«Основы рационального питания женщин разного возраста»

по основной специальности:

диетология

Трудоемкость: 36 часов

Форма освоения: очная

Документ о квалификации: удостоверение о повышении квалификации

Ростов-на-Дону

2021

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «**Основы рационального питания женщин разного возраста**» обсуждена и одобрена на заседании кафедры здорового образа жизни и диетологии факультета повышения квалификации и профессиональной переподготовки специалистов ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России.

Заведующий. кафедрой здорового образа жизни и диетологии, доц. Дядикова И.Г.

Программа рекомендована к утверждению рецензентами:

1. Кадырова Лейля Марсельевна, врач- диетолог высшей квалификационной категории, ГБУЗ "НИИ - ККБ 1", главный специалист- диетолог МЗ КК и ЮФО, ассистент кафедры ФПК и ПС КГМУ, член Экспертного Совета в сфере здравоохранения МЗ РФ (рабочая группа по диетологии), эксперт Национальной ассоциации клинического питания

2.Машдиева Майагозель Сахиповна, к.м.н., доцент кафедры гигиены ФПК РостГМУ

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «**Основы рационального питания женщин разного возраста**», далее Программа. Программа разработана рабочей группой сотрудников кафедры здорового образа жизни и диетологии факультета повышения квалификации и профессиональной переподготовки специалистов ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России, заведующий кафедрой Дядикова И.Г.

Состав рабочей группы:

№	Ф.И.О.	Учёная степень, звание	Занимаемая должность	Место работы
1	2	3	4	5
1	Дядикова Ирина Глебовна	К.м.н., доцент	Заведующий кафедрой здорового образа жизни и диетологии	ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России
2.	Бычков Игорь Николаевич	К.м.н.	Ассистент	ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России
3	Дударева Виктория Андреевна		Ассистент	ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России
4	Бурлачко Яна Олеговна		Ассистент	ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России

Глоссарий

ДПО - дополнительное профессиональное образование;
ФГОС - Федеральный государственный образовательный стандарт
ПС - профессиональный стандарт
ОТФ - обобщенная трудовая
функция ТФ - трудовая функция
ПК - профессиональная
компетенция ЛЗ - лекционные
занятия
СЗ - семинарские
занятия; ПЗ -
практические занятия;
СР - самостоятельная
работа;
ДОТ - дистанционные образовательные технологии;
ЭО - электронное обучение;
ПА - промежуточная
аттестация; ИА - итоговая
аттестация;
УП - учебный план;
АС ДПО - автоматизированная система дополнительного профессионального
образования.

КОМПОНЕНТЫ ПРОГРАММЫ.

1. Общая характеристика Программы.

- 1.1. Нормативно-правовая основа разработки программы.
- 1.2. Категории обучающихся.
- 1.3. Цель реализации программы.
- 1.4. Планируемые результаты обучения.

2. Содержание Программы.

- 2.1. Учебный план.
- 2.2. Календарный учебный график.
- 2.3. Рабочие программы модулей.
- 2.4. Оценка качества освоения программы.
 - 2.4.1. Формы промежуточной (при наличии) и итоговой аттестации.
 - 2.4.2. Шкала и порядок оценки степени освоения обучающимися учебного материала Программы.
- 2.5. Оценочные материалы.

3. Организационно-педагогические условия Программы.

- 3.1. Материально-технические условия.
- 3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение.
- 3.3. Кадровые условия.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ.

1.1. Нормативно-правовая основа разработки Программы.

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», статья 76.

Приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

Приказ Минтруда России от 02.06.2021 N 359н "Об утверждении профессионального стандарта "Врач-диетолог" (Зарегистрировано в Минюсте России 29.06.2021 регистрационный номер N 1411)

ФГОС специальности 31.08.34 Диетология Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 25 августа 2014 г. N 1076

Лицензия Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки на осуществление образовательной деятельности ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России от 22 июня 2017 г. № 2604.

1.2. Категории обучающихся

Основная специальность – диетология

1.3. Цель реализации программы

Совершенствование имеющихся профессиональных компетенция и повышения профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации по специальности «Диетология», а именно: совершенствование навыков коррекции рациона у лиц женского пола в различные возрастные периоды (активный репродуктивный, перименопауза, менопауза, постменопауза).

Вид профессиональной деятельности врача-диетолога: врачебная практика в области диетологии

Уровень квалификации: 8

Связь Программы с профессиональным стандартом предоставлена в таблице 1.

Таблица 1

Профессиональный стандарт 1: Приказ Минтруда России от 02.06.2021 N 359н "Об утверждении профессионального стандарта "Врач-диетолог" (Зарегистрировано в Минюсте России 29.06.2021 N 1411)		
ОТФ	Трудовые функции	
	Код ТФ	Наименование ТФ
А: Оказание медицинской помощи по профилю "диетология"	А/01.8	Организация лечебного питания в медицинской организации
	А/02.8	Диагностика заболеваний и (или) состояний у пациентов с целью формирования плана диетотерапии
	А/03.8	Назначение лечебного питания пациентам при заболеваниях и (или) состояниях, контроль его эффективности и безопасности, в том числе при оказании паллиативной медицинской помощи
	А/04.8	Назначение и контроль эффективности лечебного питания при санаторно-курортном лечении, в том числе при реализации индивидуальных программ медицинской реабилитации инвалидов

1.4. Планируемые результаты обучения

Таблица 2

Планируемые результаты обучения

ПК	Описание компетенции	Код ТФ профстандарта

ПК-1	<p>Готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания</p> <p>готовность к проведению профилактических медицинских осмотров, диспансеризации и осуществлению диспансерного наблюдения за здоровыми и хроническими больными</p> <p>готовность к проведению противоэпидемических мероприятий, организации защиты населения в очагах особо опасных инфекций, при ухудшении радиационной обстановки, стихийных бедствиях и иных чрезвычайных ситуациях</p> <p>готовность к применению социально-гигиенических методик сбора и медико-статистического анализа информации о показателях здоровья взрослых и подростков</p> <hr/> <p>должен знать:</p> <p>Организация диетологической службы в Российской Федерации</p> <p>Санитарно-гигиенические и эпидемиологические нормативы</p> <p>Перечень лекарственных средств, изделий медицинского назначения для оказания первой помощи и медицинской помощи</p> <p>Порядки и стандарты оказания медицинской помощи, клинические рекомендации.</p> <hr/> <p>должен уметь:</p> <p>Разрабатывать и оформлять план диетологического обеспечения больного</p> <p>Оказывать медицинскую помощь</p> <p>Определять санитарно-гигиенические условия мест проведения мероприятий, питания и проживания участников</p> <p>Планировать работу и анализ показателей собственной деятельности</p> <p>Использовать медицинское оборудование</p> <p>Использовать информационно-коммуникационные технологии и средства связи</p>	A/01.8, A/02.8, A/03.8, A/04.8
------	--	--------------------------------

	<p>должен владеть:</p> <p>Методиками оценки нутриционного статуса при разных патологиях</p> <p>Оформлением медицинской документации</p> <p>Вопросами организации питания больных, питьевого режима с целью повышения физической активности</p> <p>Экспертной деятельности в области спортивной диетологии</p> <p>Применением лекарственных средств и специализированных продуктов спортивного питания, БАД</p> <p>Оценивать индивидуальную реакцию организма спортсмена при использовании различных диетологических подходов, контроль их эффективности</p>	
--	--	--

1.5 Форма обучения

График обучения	Акад. часов в день	Дней в неделю	Общая продолжительность программы, месяцев (дней, недель)
Форма обучения Очная	6	6	1 неделя, 6 дней

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

2.1 Учебный план.

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Основы рационального питания женщин разного возраста», в объёме 36 часов

№№	Наименование модулей	Всего часов	Часы без ДОТ и ЭО	В том числе				Часы с ДОТ и ЭО	В том числе				Стажировка	Обучающий симуляционный курс	Совершенствуемые ПК	Форма контроля
				ЛЗ	ПЗ	СЗ	СР		ЛЗ	СЗ	ПЗ	СР				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	Специальные дисциплины															
1	Особенности питания в активный репродуктивный период	16	10		4	6		6	6						ПК-1	ПА
2	Особенности питания в период перименопаузы, менопаузы	8	6		2	4		2	2						ПК-1	ПА
3	Особенности питания в постменопаузе	10	6		2	4		4	4						ПК-1	ПА
	Всего часов (специальные дисциплины)	34	22		8	14		12	12							
	Итоговая аттестация	2														Экзамен
	Всего часов по Программе	36	22		8	14		12	12							

2.2. Календарный учебный график.

Учебные занятия проводятся в течение 1 недели: шесть дней в неделю по 6 академических часов в день.

2.3. Рабочие программы учебных модулей.

МОДУЛЬ 1

Название модуля: Особенности питания в активный репродуктивный период.

Код	Наименование тем, подтем, элементов, подэлементов
1.1	Физиологические особенности женского организма в активный репродуктивный период
1.2	Особенности питания в прегравидарный период
1.3	Особенности питания в период беременности
1.4	Особенности питания в активный репродуктивный период

МОДУЛЬ 2

Название модуля: Особенности питания в период перименопаузы, менопаузы.

Код	Наименование тем, подтем, элементов, подэлементов
2.1	Физиологические особенности женского организма в период перименопаузы, менопаузы
2.2	Профилактика старения у женщин в период перименопаузы
2.3	Особенности питания при менопаузе и ожирении и других расстройствах метаболизма.

МОДУЛЬ 3

Название модуля: Особенности питания в постменопаузе.

Код	Наименование тем, подтем, элементов, подэлементов
3.1	Физиологические особенности женского организма в период постменопаузы
3.2	Особенности диетотерапии при остеопорозе у женщин старшей возрастной группы
3.3	Особенности диетотерапии при дислипидемиях у женщин старшей возрастной группы

2.4. Оценка качества освоения программы.

2.4.1. Формы промежуточной и итоговой аттестации.

2.4.1.1. Контроль результатов обучения проводится:

- в виде ПА по каждому учебному модулю программы. Форма ПА- зачет. Зачет проводится посредством тестового контроля в автоматизированной системе дополнительно профессионального образования.

- в виде итоговой аттестации (ИА). Обучающийся допускается к ИА после освоения рабочих программ учебных модулей в объеме, предусмотренном учебным планом (УП) при успешном прохождении всех ПА в соответствии с УП. Форма итоговой аттестации – экзамен, который проводится посредством: тестового контроля в АС ДПО, и решения одной ситуационной задачи в АС ДПО.

2.4.1.2. Лицам, успешно освоившим Программу и прошедшим ИА, выдаётся удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

2.4.2 Шкала и порядок оценки степени освоения обучающимися учебного материала программы

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ОТВЕТА НА ТЕСТОВЫЕ ВОПРОСЫ

Процент правильных ответов	Отметка
91-100	Отлично
81-90	Хорошо
71-80	Удовлетворительно
Менее 71	Неудовлетворительно

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕШЕНИЯ СИТУАЦИОННОЙ ЗАДАЧИ

Отметка	Дескрипторы			
	понимание проблемы	анализ ситуации	навыки решения ситуации	профессиональное мышление
отлично	полное понимание проблемы. Все требования, предъявляемые к заданию, выполнены	высокая способность анализировать ситуацию, делать выводы	высокая способность выбрать метод решения проблемы уверенные навыки решения ситуации	высокий уровень профессионального мышления

хорошо	полное понимание проблемы. Все требования, предъявляемые к заданию, выполнены	способность анализировать ситуацию, делать выводы	способность выбрать метод решения проблемы уверенные навыки решения ситуации	достаточный уровень профессионального мышления. Допускается одна-две неточности в ответе
удовлетворительно	частичное понимание проблемы. Большинство требований, предъявляемых к заданию, выполнены	Удовлетворительная способность анализировать ситуацию, делать выводы	Удовлетворительные навыки решения ситуации	достаточный уровень профессионального мышления. Допускается более двух неточностей в ответе
неудовлетворительно	непонимание проблемы. Многие требования, предъявляемые к заданию, не выполнены. Нет ответа. Не было попытки решить задачу	Низкая способность анализировать ситуацию	Недостаточные навыки решения ситуации	Отсутствует

2.5. Оценочные материалы.

Оценочные материалы представлены в виде вопросов, тестов и ситуационных задач на электронном носителе, являющимся неотъемлемой частью Программы.

3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

3.1. Материально-технические условия.

3.1.1. Перечень помещений Университета и/или медицинской организации, предоставленных структурному подразделению для образовательной деятельности:

№№	Наименование ВУЗА, учреждения здравоохранения, клинической базы или др.), адрес	Этаж, кабинет
1	ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России, 344022, Ростовская область, г. Ростов-на-Дону, пер. Нахичеванский, 38/57-59/212-214(№20, Литер А-Я)	8 этаж, ауд.816, 818

3.1.2. Перечень используемого для реализации Программы медицинского оборудования и техники:

№	Наименование медицинского оборудования, техники, аппаратуры, технических средств обучения и т.д.
1.	Мультимедийный презентационный комплекс
2.	Типовые наборы профессиональных моделей с результатами лабораторных и инструментальных методов исследования

3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение.

3.2.1. Литература.

№№	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы, кол стр..
	Основная литература
1.	Тутельян, В. А. Нутрициология и клиническая диетология / под ред. Тутельяна В. А., Никитюка Д. Б. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 656 с. (Серия "Национальные руководства") - ISBN 978-5-9704-5352-0. - Текст : электронный // URL : https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970453520.html
2.	Методические указания «Рациональное питание. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации» // МУ 2.3.1-0253 – 21. - Москва, 2021. – Текст: непосредственный Никитюк Д.Б. и соавт. Стандарты лечебного питания. Методическое руководство. / Никитюк Д.Б. и соавт. Москва. Министерство здравоохранения Российской Федерации. - 2017. - 313 с. - Текст: электронный // URL: https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970444962.html
	Дополнительная литература
1	Дедов И.И. Эндокринология. Национальное руководство. Краткое издание / Дедова И. И. , Мельниченко Г. А. - 2-е изд. , перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 832 с. - ISBN 978-5-9704-4496-2. - Текст: электронный // URL: https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970444962.html (дата обращения: 14.03.2021). - Режим доступа: Научная электронная библиотека «Консультант врача»
2	Белая Ж.Е. Клинические рекомендации по диагностике и лечению остеопороза / Ж.Е. Белая, К.Ю. Белова, Е.В. Бирюкова, Т.А. Гребенникова, И.И. Дедов и др. – Москва, 2019. - С. 1-101. – Текст: электронный. URL: https://rae-org.ru/system/files/documents/pdf/kr_op_24.12.2019.pdf

3.2.2. Информационно-коммуникационные ресурсы.

	ЭЛЕКТРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ	Доступ к ресурсу
1.	Электронная библиотека РостГМУ [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://109.195.230.156:9080/opac/	Доступ Неограничен
3.	Консультант врача. Электронная медицинская библиотека [Электронный ресурс] : ЭБС. – М.: ООО ГК «ГЭОТАР». - Режим доступа: http://www.rosmedlib.ru	Доступ Неограничен
4.	UpToDate [Electronic resource] : БД / Wolters Kluwer Health. – Режим доступа: www.uptodate.com	Доступ Неограничен
5.	Справочная правовая система «Консультант Плюс» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru	Доступ с компьютеров университета
6.	Научная электронная библиотека eLIBRARY [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://elibrary.ru	Открытый Доступ
7.	Национальная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://нэб.пф/	Доступ с компьютеров библиотеки
8.	Scopus [Electronic resource] / Elsevier Inc., Reed Elsevier. – Electronic data. – Philadelphia: Elsevier B.V., PA, 2015. – Режим	Доступ Неограничен

	доступа: http://www.scopus.com/ (Нацпроект)	
9.	Web of Science [Electronic resource] / Clarivate Analytics. - Режим доступа: http://apps.webofknowledge.com (Нацпроект)	Доступ Неограничен
10.	MEDLINE Complete EBSCO [Electronic resource] / EBSCO. – Режим доступа: http://search.ebscohost.com (Нацпроект)	Доступ Неограничен
11.	ScienceDirect. Freedom Collection [Electronic resource] / Elsevier. – Режим доступа: www.sciencedirect.com по IP-адресам РостГМУ→удалённо. (Нацпроект)	Доступ Неограничен
12.	БД издательства Springer Nature [Electronic resource]. - Режим доступа: http://link.springer.com/ по IP-адресам РостГМУ. (Нацпроект)	Доступ Неограничен
13.	Wiley Online Library [Electronic resource] / John Wiley & Sons. http://onlinelibrary.wiley.com . - Режим доступа: по IP-адресам РостГМУ. (Нацпроект)	Доступ с компьютеров университета

3.2.3. Автоматизированная система (АС ДПО).

Обучающиеся, в течение всего периода обучения, обеспечиваются доступом к автоматизированной системе дополнительного профессионального образования (АС ДПО) sdo.rostgmu.ru.

Основными дистанционными образовательными технологиями Программы являются интернет-технологии с методикой синхронного и/или асинхронного дистанционного обучения. Методика синхронного дистанционного обучения предусматривает on-line общение, которое реализуется в виде вебинара, онлайн-чата, виртуальный класс. Асинхронное обучение представляет собой offline просмотр записей аудиолекций, мультимедийного и печатного материала. Каждый слушатель получает доступ к учебным материалам портала и к электронной информационно-образовательной среде.

АС ДПО обеспечивает:

- возможность входа обучающегося из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»;
- одновременный доступ не менее 25 процентов обучающихся по Программе;
- доступ к учебному содержанию Программы и электронным образовательным ресурсам в соответствии с формой обучения (вопросы контроля исходного уровня знаний, вопросы для самоконтроля по каждому разделу, тестовые задания, интернет-ссылки, нормативные документы);
- фиксацию хода образовательного процесса, результатов промежуточной и итоговой аттестаций.

3.3. Кадровые условия

Реализация Программы обеспечивается научно-педагогическими работниками кафедры здорового образа жизни и диетологии факультета повышения квалификации и профессиональной переподготовки специалистов.

Доля научно-педагогических работников, имеющих образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, модуля, имеющих сертификат специалиста по специальности «диетология» в общем числе научно-педагогических работников, реализующих Программу, составляет 80%.

Доля научно-педагогических работников, имеющих ученую степень и/или ученое звание, в общем числе научно-педагогических работников, реализующих Программу, составляет 90%. Доля работников из числа руководителей и работников организации, деятельность которых

связана с направленностью реализуемой Программы (имеющих стаж работы в данной профессиональной области не менее 3 лет), в общем числе работников, реализующих Программу, составляет 20%.

Профессорско-преподавательский состав программы

№	Фамилия, имя, отчество	Учёная степень, звание	Занимаемая должность	Место работы
1	2	3	4	5
1	Дядикова Ирина Глебовна	К.м.н., доцент	Заведующий кафедрой здорового образа жизни и диетологии	ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России
2	Бычков Игорь Николаевич	К.м.н.	Ассистент	ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России
3	Дударева Виктория Андреевна		Ассистент	ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России
4	Бурлачко Яна Олеговна		Ассистент	ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1. Оформление тестов фонда тестовых заданий.

К дополнительной профессиональной программе повышения квалификации врачей «**Основы рационального питания женщин разного возраста**» со сроком освоения 36 академических часов по специальности «Диетология».

МОДУЛЬ 1

1	Кафедра	Здорового образа жизни и диетологии
2	Факультет	ФПК и ППС
3	Адрес (база)	3440022 г. Ростов-на-Дону, пер. Нахичеванский, 38/57-59/212-214(№20, Литер А-Я)
4	Ответственный составитель	Бычков Игорь Николаевич
5	E-mail	zozh@rostgmu.ru
6	Моб. телефон	89085178591
7	Кабинет №	816
8	Учебная дисциплина	Диетология
9	Учебный предмет	Диетология
10	Учебный год составления	2021
11	Специальность	Диетология
12	Форма обучения	Очная
13	Модуль	Особенности питания в активный репродуктивный период
14	Тема	1.1-1.4
15	Количество вопросов	10
16	Тип вопроса	Single
17	Источник	

Список тестовых заданий

1	1	1			
1			Потребность в белке организма женщины в возрасте 18-29 лет с КФК 1.4 составляет:		
			0,5-0,8 г/кг,		
	*		67		
			1,5-2,5 г/кг,		
1	1	2			
1			Потребность в жире у женщины в возрасте 18-29 лет с КФК 1.4 составляет:		

			50		
			20		
	*		63		
1	1	3			
1			Наиболее благоприятное для организма соотношение ПНЖК, омега - 3 к омега- 6		
	*		10:1.		
			1:2		
			1:5		
1	1	4			
1			Конверсия АЛК у женщин в репродуктивном периоде выше чем у мужчин:		
			нет разницы		
	*		в 3 раза		
			в 10 раз		
1	1	5			
1			Потребность женщин в репродуктивном периоде в воде мл,ккал:		
	*		1		
			2		
			3		
1	1	6			
1			Потребность женщин в прегравидарный период в фолатах составляет, мкг		
	*		400		
			600		
			800		
1	1	7			
1			Потребность женщин в прегравидарный период в йоду, мкг:		
	*		150		
			200		

			500		
1	1	8			
1			Потребность женщин в прегравидарный периода в кальций, мг		
			800		
	*		1000		
			1600		
1	1	9			
1			На прегравидарном этапе при дефекте генов фолатного цикла дозу фолиевой кислоты необходимо увеличь на мкг		
			100-150		
			В двое		
	*		зависит от типа дефекта		
1	1	10			
1			При наличии ожирения в прегравидарном периоде назначается диета		
	*		НҚД		
			ЩД		
			ВБД		

МОДУЛЬ 2

Особенности питания в период перименопаузы, менопаузы.

1	Кафедра	Здорового образа жизни и диетологии
2	Факультет	ФПК и ППС
3	Адрес (база)	3440022 г. Ростов-на-Дону, пер. Нахичеванский, 38/57-59/212-214(№20, Литер А-Я)
4	Ответственный составитель	Бурлачко Яна Олеговна
5	Е-mail	zozh@rostgmu.ru
6	Моб. телефон	89094304625
7	Кабинет №	816
8	Учебная дисциплина	Диетология
9	Учебный предмет	Диетология
10	Учебный год составления	2021
11	Специальность	Диетология

12	Форма обучения	Очная
13	Модуль	Особенности питания в период перименопаузы, менопаузы
14	Тема	2.1-2.3
15	Количество вопросов	10
16	Тип вопроса	Single
17	Источник	

Список тестовых заданий

2	1	1			
1			В основе изменений происходящих с наступлением менопаузы лежит дефицит:		
			Андрогенов		
	*		эстрогенов		
			Лептина		
2	1	2			
1			Пищевые факторы влияющие на продолжительность жизни яичников		
	*		соя, рыба, льняное семя		
			Лецитин		
			Красное мясо		
2	1	3			
1			Фитоэстрогены-это		
			Антиоксиданты		
			Первичные метаболиты		
	*		вторичные метаболиты растений		
2	1	4			
1			Основной пищевой источник фитоэстрогенов - это:		
	*		бобовые		
			Мясо		
			Рыба		
2	2.1	5			
1			Факторы питания не влияют на овариальный резерв:		
	*		в стадии исследований		
			Нет, не влияют		
			Да, влияют		

2	1	6			
1			Диета с высоким содержание жиров и мяса может вызвать:		
			Сахарный диабет		
	*		гормонально-зависимый рак		
			ожирение		
2	1	7			
1			Здоровая эталонная диета для женщин в менопаузе состоит из:		
	*		фруктов и овощей со снижением обработанного мяса и простых углеводов		
			С низким потреблением фруктов		
			Низким потреблением простых сахаров		
2	1	8			
1			Средиземноморская диета может улучшить:		
			Показатели белкового обмена		
	*		вазомоторные симптомы		
			Иммунологические показатели		
2	1	9			
1			Согласно исследованиям, средняя калорийность средиземноморской диеты составляет, ккал		
	*		2200		
			2000		
			1800		
2	1	10			
1			Неспецифическая профилактика в менопаузе предполагает следование принципам:		
			Кетогенной диеты		
	*		здорового питания		
			Правильного питания		

МОДУЛЬ 3

Особенности питания в постменопаузе.

1	Кафедра	Здорового образа жизни и диетологии
---	---------	-------------------------------------

2	Факультет	ФПК и ППС
3	Адрес (база)	3440022 г. Ростов-на-Дону, пер. Нахичеванский, 38/57-59/212-214(№20, Литер А-Я)
4	Ответственный составитель	Дударева Виктория Андреевна
5	E-mail	zozh@rostgmu.ru
6	Моб. телефон	89185325426
7	Кабинет №	816
8	Учебная дисциплина	Диетология
9	Учебный предмет	Диетология
10	Учебный год составления	2021
11	Специальность	Диетология
12	Форма обучения	Очная
13	Модуль	Особенности питания в постменопаузу.
14	Тема	3.1-3.3
15	Количество вопросов	10
16	Тип вопроса	Single
17	Источник	

Список тестовых заданий

3	1	1			
1			Женщины в постменопаузе чаще страдают от:		
	*		ожирение		
			остеопороз		
			гипотиреоз		
3	1	2			
1			У женщин в постменопаузе сомнительно назначение диеты:		
	*		с низким содержанием жиров и высоким содержанием углеводов		
			С высоким содержанием жиров		
			С высоким содержанием углеводов		
3	1	3			
1			В пожилом возрасте:		
	*		снижается общее количество энергии и белка		
			Повышается количество энергии и белка		

			Не изменяется		
3	1	4			
1			В пожилом возрасте чаще имеет место:		
	*		дефицит микронутриент		
			Избыток микронутриент		
			Избыток белка		
3	1	5			
1			В пожилом возрасте чаще имеет место:		
			Избыток белка		
	*		дефицит белка		
			Верны оба варианта		
3	1	6			
1			Потребность женщин старше 65 лет в кальции, мг		
			800		
			1000		
	*		1200		
3	1	7			
1			Желаемая физическая активность в менопаузе составляет КФК:		
	*		1,7		
			1,4		
			1,3		
3	1	8	При климактерическом синдроме возможно назначение		
	*		НҚД, ОВД		
			ЩД ОВД		
			НҚД ВБД		
3	1	9			
			При наличии сахарного диабета 2 типа в постменопаузе рекомендовано		
	*		равномерно распределять углеводы		
			Перенести углеводы на первую половину		

			дня		
			Придерживаться кетогенной диеты		
3	1	10			
1			В постменопаузе рекомендованное количество жиров в рационе составляет, % ккал		
	*		30		
			40		
			70		

2. Оформление фонда ситуационных задач
(для проведения экзамена в АС ДПО).

СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ:

Задача №1

К Вам на прием пришла пациентка, 50 лет. Имеет рост 167 см, массу тела 88 кг. В процессе сбора анамнеза – нарушение менструального цикла по типу олигоаменореи.

Задание:

ВОПРОСЫ

1. Дайте рекомендации по назначению лечебной диеты:
 - a. Кето диета
 - b. НБД;
 - c. НКД*
 - d. ОВД;
 - e. Диета не нужна
2. Какие дополнительные обследования рекомендованы:
 - a. Гликированный гемоглобин, глюкоза, ттг, общий белок*
 - b. АМГ
 - c. Биоимпедансметрия;
 - d. ФГДС
3. Какие БАДы можно включить в рацион питания?
 - a. Препараты железа;
 - b. Поливитамины*
 - c. Кальций карбонат;
 - d. Лецитин;
4. Как длительно необходимо соблюдать данный диетологический подход:
 - a. До получения результатов дополнительных обследований *
 - b. В течение месяца;
 - c. Один раз в неделю

Задача №2

К вам на прием пришел пациент 35 лет. Рост 175, вес 63 кг. Жалобы на выпадение волос и частое обращение к стоматологу. Планирует беременность в течении ближайших 6 месяцев. Соматической патологии нет. Кальций ионизированный 0,8. ОАК: эритроциты 4,2, гемоглобин 118, общий белок 71. Вит д 48 нг/л

Задание:

ВОПРОСЫ

1. Возможно имеет место сопутствующее заболевание:

- a. Синдром остеопения; *
- b. ЖДА;
- c. Аллопеция;
- d. Хронический панкреатит;

2. Какие продукты нужно ввести в рацион питания?

- a. Шоколад, кофе;
- b. Кисломолочные изделия во вторую половину дня *
- c. Жирная рыба;
- d. Ржаной хлеб

3. Какие БАДы нужно включить в рацион питания?

- a. Препараты железа;
- b. Поливитамины;
- c. Бетаина гидрохлорид;
- d. Препараты кальция цитрата *

4. По номенклатуре диет будет назначена:

- a. ОВД*
- b. НКД;
- c. ЩД

Задача №3

К вам на прием пришла пациентка 62 лет. Жалобы на слабость, мышечную утомляемость, одышку. Рост 152. рост уменьшился на 4 см, вес 48 кг. Сопутствующие заболевания: менопауза (хирургическая в 38 лет). Денситометрия Т-критерий -2,6, кальций ион 1,1

Задание:

ВОПРОСЫ

1. Дайте рекомендации по назначению лечебной диеты, в зависимости от наличия заболевания

- a. НКД;
- b. ВБД;
- c. ЩД;
- e. ОВД*

2. Какие продукты нужно ввести в рацион питания?

- a. Шоколад, кофе;
- b. Морская капуста, свекла, орехи;
- c. Жирная рыба;
- d. молочные во вторую половину дня*

3. Какие БАДы нужно включить в рацион питания?

- a. Препараты железа;
- b. Поливитамины;
- c. Бетаина гидрохлорид;
- d. Препараты кальция*

4. Длительность диетотерапии:

- a. Пожизненно;
- b. не менее 2-х месяцев *
- c. 1 месяц

Задача №4

К вам на прием пришел пациент 40 лет. Жалоб нет, желает осуществить профилактику возраст- зависимых заболеваний и старения. Рост 162, вес 52. Общий белок 69, ОАК: эр. 4,1, гемоглобин 115, лимфоциты 6,2, кальций ион 1,6, глюкоза 4,1.

Задание:

ВОПРОСЫ

1. Тактика диетотерапии:

a. Рациональное питание*

b. НКД;

c. ВБД;

2. Какие продукты питания необходимо ввести в ежедневный рацион:

a. куркумин *

b. красный клевер;

c. экстракт ромашки

d. красный чай

3. Какие БАДы необходимо включить в рацион питания?

a. Препараты железа;

b. Поливитамины;*

c. Бетаина гидрохлорид;

d. Лецитин;

4. Какой диетологический подход рекомендуется для профилактики старения:

a. Регулярное употребление полифенолов*

b. Щадящая диета;

c. Интервальное голодание

d. Высокие дозы вит Д;