



Izvedbeni plan nastave (*syllabus*¹)

Sastavnica	Odjel za zdravstvene studije						akad. god.	2025./2026.		
Naziv kolegija	Dijetetika						ECTS	3		
Naziv studija	Sveučilišni prijediplomski studij sestrinstvo									
Razina studija	☒ prijediplomski		☐ diplomski		☐ integrirani		☐ poslijediplomski			
Godina studija	☒ 1.		☐ 2.		☐ 3.		☐ 4.		☐ 5.	
Semestar	☒ zimski ☐ ljetni		☒ I.		☐ II.		☒ III.		☐ IV.	
Status kolegija	☒ obvezni kolegij		☐ izborni kolegij		☐ izborni kolegij koji se nudi studentima drugih odjela			Nastavničke kompetencije		☒ DA ☒ NE
Opterećenje	30	P	30	S	15	V	Mrežne stranice kolegija		☒ DA ☐ NE	
Mjesto i vrijeme izvođenja nastave	Odjel za zdravstvene studije 8-15 h				Jezik/jezici na kojima se izvodi kolegij			hrvatski		
Početak nastave	/11.12.2024. u 8 h/				Završetak nastave			/23.12.2024. u 14 h/		
Preduvjeti za upis	nema									
Nositelj kolegija	Prof.dr.sc. Marijana Matek Sarić									
E-mail	marsaric@unizd.hr					Konzultacije	Utorak:10-12 h			
Izvođač kolegija	Prof.dr.sc. Marijana Matek Sarić									
E-mail	marsaric@unizd.hr					Konzultacije	Utorak: 10-12 h			
Suradnici na kolegiju										
E-mail						Konzultacije				
Suradnici na kolegiju										
E-mail						Konzultacije				
Vrste izvođenja nastave	☐ predavanja		☒ seminari i radionice		☒ vježbe		☐ obrazovanje na daljinu		☐ terenska nastava	
	☒ samostalni zadaci		☐ multimedija i mreža		☐ laboratorij		☐ mentorski rad		☐ ostalo	
Ishodi učenja kolegija	-razlikovati i opisati vrste makronutrijenta i mikronutrijenta u hrani kao i njihovu učestalost u kompletnom obroku i ulogu u organizmu -razlikovati, usporediti i procijeniti različite načine prehrane -prepoznati negativne utjecaje nepravilne prehrane na zdravlje čovjeka i predložiti metode i rješenja problema -razlikovati i opisati dijete kod akutnih i kroničnih bolesti te osobitosti prehrane operiranih bolesnika -izračunati energetske potrebe pojedinih populacijskih grupa -procijeniti i sastaviti jelovnik sukladno fiziološkim potrebama pojedinca i grupe -upotrijebiti antropometrijske metode za ocjenu stanja uhranjenosti pojedinca i populacijske grupe -koristiti i osmisliti različite ankete prehrane te prikupljati podatke									

¹ Riječi i pojmovni sklopovi u ovom obrascu koji imaju rodno značenje odnose se na jednak način na muški i ženski rod.



Učini 1390120021

Ishodi učenja na razini programa		1. Znanje činjenično: 1a Pamćenje, razumijevanje i primjenjivanje činjenica koje doprinose promicanju i unapređenju zdravlja te na temelju stečenog poduzimanje aktivnosti koje služe održavanju zdravlja i zaštiti od bolesti pojedinca, obitelji i zajednice. 1b Primjenjivanje aktivnosti koje doprinose unapređenju rasta i razvoja u svim životnim razdobljima čovjeka. 1c Analiziranje, sintetiziranje i vrednovanje činjenica unutar područja rada sestrinstva. 2. Znanje teorijsko: 2a Pamćenje, razumijevanje, primjenjivanje, analiziranje, sintetiziranje i vrednovanje teorijskih znanja unutar područja rada. 2b Pamćenje, razumijevanje i primjenjivanje osnovnih teorijskih znanja potrebnih za stručno osposobljavanje i edukaciju sestara na preddiplomskoj razini. 2c Analiziranje, sintetiziranje i evaluacija aktualnih znanstvenih spoznaja, razumijevanje, samostalno proučavanje te kritičko promišljanje. 3. Vještine spoznajne: 3a Jedinstvena konkretna kreativna provedba sestrinske skrbi poštujući individualnost štićenika, primjenjujući holistički pristup i partnerski odnos. 3b Provođenje procesa sestrinske skrbi, izvršavanje procjene potreba za zdravstvenom njegom, postavljanje ciljeva i određivanje prioriteta, planiranje i implementiranje adekvatnih postupka te evaluacija i po potrebi modificiranje plana zdravstvene njege. 5. Vještine socijalne: 5a Razvijanje profesionalnog odnosa i odgovornosti u procesu rada, ponašanje u suglasju s moralnim, etičkim i zakonskim normama zdravstvene profesije. 7. Odgovornost: 7c Prepoznavanje i poštivanje bioetičkih standarda u praktičnom i znanstvenom radu.			
Načini praćenja studenata	☐ pohađanje nastave	☐ priprema za nastavu	☐ domaće zadatke	☐ kontinuirana evaluacija	☐ istraživanje
	☒ praktični rad	☒ eksperimentalni rad	☒ izlaganje	☒ projekt	☒ seminar
	☐ kolokvij(i)	☒ pismeni ispit	☐ usmeni ispit	☒ ostalo:	
Uvjeti pristupanja ispitu	održana prezentacija i obavljene vježbe				
Ispitni rokovi	☒ zimski ispitni rok		☐ ljetni ispitni rok		☐ jesenski ispitni rok
Termini ispitnih rokova	29.01.2026. 12.02.2026. 23.04.2026.				03.09.2026.
Opis kolegija	Usvajanje osnovnih znanja iz područja znanosti o prehrani i dijetetike. Upoznavanje studente s hranjivim tvarima: mikro (minerali i vitamini) i makronutrijentima (masti, bjelancevine i ugljikohidrati) te skupinama i sastavu pojedinih namirnica. Upoznavanje studenta s metodama procjene mjerenja prehrambenog unosa (nutritivnog i energetskog statusa) te nutritivnim potrebama zdravih i bolesnih osoba kao i specifičnostima prehrane u različitim životnim				



	razdobljima i/ili kod najčešćih stanja i bolesti. Osposobiti studenata za prepoznavanje bolesnika koji su u nutritivnom riziku te za razumijevanje uloge medicinskih sestara/tehničara u promicanju temeljnih odrednica pravilne prehrane u cilju prevencije i liječenja pojedinih stanja i bolesti. Upoznavanje studenta sa pojmom sigurnost hrane, dijeta, mediteranski, vegetarijanski i ostali oblici prehrane.					
Sadržaj kolegija (nastavne teme)	1. Uvod u kolegij, definicija dijetetike, povijest znanosti o prehrani 2. Osnovni principi pravilne prehrane, pravilna prehrana u svijetu i kod nas te potrebe organizma za energijom i zaštitnim tvarima 3. Digestija, apsorpcija i metabolizam masti, bjelančevina, ugljikohidrata, vitamina i minerala 4. Hranjive tvari-makronutrijenti: masti, bjelančevine i ugljikohidrati; mikronutrijenti: vitamini i minerali. 5. Uloga vode, makro i mikronutrijenata u organizmu 6. Sastav namirnica i planiranje jelovnika 7. Javnozdravstveni aspekti prehrambenih poremećaja, prehrambeni deficiti te bolesti uzrokovane nedovoljnom i nepravilnom prehranom 8. Metode ocjene stanja uhranjenosti 9. Mjere za ocjenu i unapređenje prehrane 10. Prehrana u posebnim uvjetima 11. Zdravstvena ispravnosti hrane 12. Sigurnost hrane. Kvarenje hrane. Sanitarna kontrola zaposlenih osoba, objekata, namirnica i hrane. 13. Prehrana kao uzrok bolesti i patološki faktor 14. Prehrana s obzirom na životnu dob, kategorije i zdravstveno stanje 15. Tradicionalna mediteranska prehrana. Vegetarijanska prehrana i ostali obrasci prehrane. <i>(po potrebi dodati seminare i vježbe)</i>					
Obvezna literatura	Vranešić Bender i sur. Dijetoterapija. Medicinska naklada, 2023. Grupa autora. Priručnik za primjenu dodataka prehrani. Hrvatska udruga proizvođača bezreceptnih proizvoda (HUPBR) / Croatian Association of Self-Medication Industry (CASI), 2024.					
Dodatna literatura	Živković R. Dijetetika, Zagreb; Medicinska naklada, 2002. Katalinić V, Temeljna znanja o prehrani, Skripta Sveučilišta u Zagrebu, 2007. Mandić M. Znanost o prehrani-Hrana, prehrana i čuvanje zdravlja, Skripta sveučilišta u Osijeku, 2007. Živković R. Dijetoterapija, Naprijed, Zagreb; Medicinska biblioteka, 1994. Vučemilović LJ, Vujić Šisler LJ. Prehrambeni standardi za planiranje prehrane djece u dječjim vrtiću-jelovnici i normativi. Hrvatska udruga medicinskih sestara. Gradski ured za obrazovanje, kulturu i šport, Sektor predškolski odjel 2007. Valić F i sur.: Zdravstvena ekologija, Zagreb, 2000.					
Mrežni izvori	Nastavni materijali objavljeni na www.unizd.hr pozitivno ocjenjeni od strane recenzenata Znanstveni članci					
Provjera ishoda učenja (prema uputama AZVO)	Samo završni ispit					
	☐ završni pismeni ispit		☐ završni usmeni ispit		☒ pismeni i usmeni završni ispit	
	☐ samo kolokvij/zadaci	☐ kolokvij / zadaci i završni ispit	☒ seminarski rad	☐ seminarski rad i završni ispit	☐ praktični rad	☐ drugi oblici
Način formiranja završne ocjene (%)	Seminar 30%, pismeni ispit 65%, prisutnost 5%					
	<50		% nedovoljan (1)			



Ocjenjivanje kolokvija i završnog ispita (%)	50-64	% dovoljan (2)
	65-75	% dobar (3)
	76-89	% vrlo dobar (4)
	90-100	% izvrstan (5)
Način praćenja kvalitete	☐ studentska evaluacija nastave na razini Sveučilišta ☐ studentska evaluacija nastave na razini sastavnice ☐ interna evaluacija nastave ☒ tematske sjednice stručnih vijeća sastavnica o kvaliteti nastave i rezultatima studentske ankete ☐ ostalo	
Napomena / Ostalo	Sukladno čl. 6. <i>Etičkog kodeksa</i> Odbora za etiku u znanosti i visokom obrazovanju, „od studenta se očekuje da pošteno i etično ispunjava svoje obveze, da mu je temeljni cilj akademska izvrsnost, da se ponaša civilizirano, s poštovanjem i bez predrasuda“. Prema čl. 14. <i>Etičkog kodeksa</i> Sveučilišta u Zadru, od studenata se očekuje „odgovorno i savjesno ispunjavanje obveza. [...] Dužnost je studenata/studentica čuvati ugled i dostojanstvo svih članova/članica sveučilišne zajednice i Sveučilišta u Zadru u cjelini, promovirati moralne i akademske vrijednosti i načela. [...] Etički je nedopušten svaki čin koji predstavlja povredu akademskog poštenja. To uključuje, ali se ne ograničava samo na: - razne oblike prijevare kao što su uporaba ili posjedovanje knjiga, bilježaka, podataka, elektroničkih naprava ili drugih pomagala za vrijeme ispita, osim u slučajevima kada je to izrijeком dopušteno; - razne oblike krivotvorenja kao što su uporaba ili posjedovanje neautorizirana materijala tijekom ispita; lažno predstavljanje i nazočnost ispitima u ime drugih studenata; lažiranje dokumenata u vezi sa studijima; falsificiranje potpisa i ocjena; krivotvorenje rezultata ispita“. Svi oblici neetičnog ponašanja rezultirat će negativnom ocjenom u kolegiju bez mogućnosti nadoknade ili popravka. U slučaju težih povreda primjenjuje se <u><i>Pravilnik o stegovnoj odgovornosti studenata/studentica Sveučilišta u Zadru</i></u>. U elektronskoj komunikaciji bit će odgovarano samo na poruke koje dolaze s poznatih adresa s imenom i prezimenom, te koje su napisane hrvatskim standardom i primjerenim akademskim stilom. U kolegiju se koristi Merlin, sustav za e-učenje, pa su studentima/cama potrebni AAI računi. <i>/izbrisati po potrebi/</i>	