

PYTANIA KIERUNKOWE:

1. Co to są fizjologiczne równoważniki energetyczne i do czego służą?
2. Proszę wymienić zalety karmienia naturalnego niemowląt i podać właściwości mleka ludzkiego
3. Proszę wyjaśnić pojęcie krytycznego punktu kontroli (CCP) oraz omówić zasady wprowadzania
4. Co to jest interakcja leku z żywnością – proszę omówić interakcje leku z żywnością na poszczególnych etapach procesu LADME
5. Wzbogacanie żywności – rodzaje fortyfikacji, cel przeprowadzania, zalety i wady wzbogacania żywności
6. Proszę porównać sposób odżywiania się w czasach neolitu oraz współczesnych
7. Proszę omówić normy żywieniowe w Polsce i ich zastosowanie
8. Proszę omówić postępowanie dietetyczne w celiakii
9. Proszę omówić nowoczesne i klasyczne metody w analizie żywności
10. Proszę omówić zalecenia żywieniowe oraz dotyczące stylu życia w przypadku cukrzycy typu II
11. Proszę wymienić pozytywne i negatywne skutki obróbki wstępnej i cieplnej surowców w technologii gastronomicznej
12. Proszę wymienić najczęściej popełniane błędy w sposobie żywienia dzieci. Jak można im zapobiegać?
13. Proszę omówić zalecenia dietetyczne w kamicy pęcherzyka żółciowego
14. Jakie parametry wchodzi w skład lipidogramu? Jak należy interpretować wynik cholesterolu LDL?
15. Proszę omówić dietę opartą na indeksie glikemicznym
16. Proszę wymienić korzyści wynikające z podejmowania aktywności fizycznej
17. Proszę omówić dietoterapię dzieci i młodzieży chorych na mukowiscydozę
18. Dieta bogatoresztkowa – proszę przedstawić główne założenia diety, zastosowanie oraz omówić produkty wskazane i przeciwwskazane

19. Badanie sposobu żywienia osób starszych – proszę omówić ograniczenia funkcjonalne wpływające na przebieg badania oraz jak można im zapobiegać
20. Proszę omówić wpływ czynników kulturowych na zachowania żywieniowe
21. Proszę omówić dietoterapię dzieci i młodzieży chorych na fenyloketonurię, galaktozemię i chorobę syropu klonowego
22. Proszę omówić metody oznaczania zawartości skrobi w surowcach roślinnych
23. Prawne uwarunkowania suplementów diety oraz środków specjalnego przeznaczenia żywieniowego w Polsce i UE
24. Proszę omówić zalecenia żywieniowe oraz dotyczące stylu życia w przypadku nadciśnienia tętniczego
25. Dieta ubogoenergetyczna – proszę przedstawić główne jej założenia, zastosowanie, bilansowanie diety o obniżonej kaloryczności oraz dobór produktów
26. Dietetyk- umiejscowienie grupy zawodowej (klasyfikacja, kwalifikacje). Rola dietetyka w systemie ochrony zdrowia
27. Proszę omówić metodę punktową oceny sposobu żywienia oraz przedstawić jej zastosowanie
28. W jakich sytuacjach i jak wykonuje się doustny test tolerancji glukozy (tzw. krzywą cukrową)?
29. Proszę omówić dietę Duncana oraz wymienić skutki jej stosowania
30. Proszę scharakteryzować piramidę żywienia i stylu życia dzieci i młodzieży
31. Proszę podać definicję niedożywienia, omówić rodzaje oraz podać kryteria rozpoznania
32. Proszę wyjaśnić pojęcie indeksu glikemicznego, sposób jego obliczania i interpretacji
33. Proszę omówić metody antropometryczne stosowane w ocenie stanu odżywienia
34. Dieta łatwostrawna – proszę przedstawić główne jej założenia, zastosowanie oraz omówić produkty wskazane i przeciwwskazane
35. Proszę omówić funkcje błonnika pokarmowego i jego źródło
36. Proszę wymienić obowiązujące normatywy w prawie żywnościowym w Polsce i UE
37. Proszę omówić postępowanie dietetyczne w dnie moczanowej
38. Interakcje leków z napojami – płyny a biodostępność leków
39. Jakie akty prawne wchodzą w skład tzw. „pakietu higienicznego”. Proszę pokrótce scharakteryzować każdy z tych dokumentów
40. Proszę omówić postępowanie dietetyczne w przypadku niedożywienia

41. Proszę podać definicję edukacji żywieniowej i wymienić jej główne cele
42. Co rozumiesz pod pojęciem punkt dymienia? Jak prawidłowo dobrać tłuszcz do smażenia?
43. Proszę omówić zalecenia żywieniowe oraz dotyczące stylu życia w chorobie wrzodowej
44. Wywiad 24-godzinny – opis metody, zastosowanie
45. Proszę wyjaśnić pojęcie popiołu i suchej masy oraz omówić sposoby oznaczania
46. Proszę omówić metody oceny stanu odżywienia osób starszych
47. W jakim celu i gdzie wprowadzany jest system HACCP? Proszę wymienić zalety i wady HACCP
48. Analiza składu ciała metodą bioimpedancji elektrycznej – proszę omówić na czym polega badanie, wymienić przeciwwskazania do jego wykonania, jak przygotować pacjenta do pomiaru
49. Proszę scharakteryzować model żywienia określany jako „dieta zachodnia”. Jakie są konsekwencje stosowania takiego sposobu żywienia?
50. Proszę omówić postępowanie dietetyczne w niedokrwistości

PYTANIA SPECJALNOŚCIOWE: Osobisty dietetyk

1. Co to są środki spożywcze specjalnego przeznaczenia żywieniowego? Proszę wymienić rodzaje i omówić ich zastosowanie
2. Proszę omówić zasady opracowywania diety dla osoby zdrowej
3. Jaki wpływ na zachowania żywieniowe mają stany emocjonalne?
4. Jaką rolę odgrywają komórkowe składniki odżywcze w profilaktyce miażdżycy?
5. Proszę podać definicję suplementu diety. W jakich okolicznościach można/ należy rozważyć wprowadzenie do diety suplementów diety?
6. Proszę omówić dietę Paleo oraz podać zasady i korzyści jej stosowania
7. Proszę omówić rekomendacje dotyczące suplementowania kwasu foliowego w okresie prekonceptyjnym oraz podczas ciąży, a także konsekwencje niedoboru tej witaminy
8. Proszę dokonać ogólnej charakterystyki żywności ekologicznej na tle żywności konwencjonalnej pod względem jakościowym
9. Proszę scharakteryzować teorię organizacji zachowania wg Tadeusza Tomaszewskiego

10. Proszę podać zalecenia dietetyczne w niedoczynności tarczycy na tle autoimmunologicznym - choroba Hashimoto
11. Jaki informacje są nam potrzebne, aby prawidłowo zbilansować jadłospis za pomocą kalkulatora dietetycznego?
12. Proszę wyjaśnić pojęcia: probiotyk, prebiotyk i nutraceutyk oraz podać przykłady ich korzystnego działania na mikrobiom człowieka
13. Proszę omówić dietę ketogeniczną i wymienić jej zalety i wady
14. Proszę omówić komponent emocjonalny postawy względem żywności i żywienia
15. Jaki wpływ mają procesy przetwórcze oraz nawożenie ekologiczne na zawartość chlorofilu w liściach warzyw? Proszę podaj przykłady
16. Proszę omówić schemat rozszerzania diety niemowląt
17. Proszę podać definicję akulturacji żywieniowej i wymienić jej skutki zdrowotne
18. Proszę opisać proces fermentacji mlekowej w produkcji kiszonek. Wymień zasady kiszenia kapusty w przetwórstwie ekologicznym
19. Proszę omówić mechanizmy obronne w radzeniu sobie z chorobą
20. Proszę omówić zasady opracowywania diety dla dziecka w wieku przedszkolnym/szkolnym

PYTANIA SPECJALNOŚCIOWE: Osobisty trener zdrowia

1. Proszę scharakteryzować trening wytrzymałościowy
2. Jakie narzędzia do ćwiczeń można zastosować, aby zwiększyć atrakcyjność zajęć?
3. Zdrowie w ujęciu modelu biomedycznego
4. Proszę wymienić i omówić wzorce ruchowe
5. Suplementy w sporcie - czy są bezpieczne?
6. Proszę omówić fazy treningowe i opisać jedną z nich
7. Nawodnienie organizmu a zdolność do wysiłku
8. Proszę scharakteryzować model fazowy dostrzegania ryzyka Weinsteina
9. Jak można zmierzyć wydolność i tętno podczas ćwiczeń?
10. Cykl menstruacyjny a trening kobiet
11. Proszę omówić podział suplementów wg COMS i KMPKOL (Centralny Ośrodek Medycyny Sportowej i Komisja Medyczna Polskiego Komitetu Olimpijskiego)
12. Proszę omówić podział czasowy makrocyklu
13. Proszę omówić aktualne wytyczne dotyczące żywienia kobiet karmiących piersią

14. Proszę omówić suplementy wspomagające regenerację
15. Proszę omówić trening kobiet (wymienić różnice między treningiem mężczyzn)
16. Proszę zaproponować aktywność fizyczną dla osób starszych i wskazać, na co należy zwrócić uwagę podczas jej prowadzenia
17. Proszę wymienić 3 problemy związane z żywieniem osób starszych i jeden z nich omówić
18. Proszę wymienić formy aktywności treningu wytrzymałościowego
19. Zapotrzebowanie kaloryczne diety – proszę podać sposób obliczania
20. Proszę wymienić zasady treningu funkcjonalnego