

OTÁZKY PVP – VÝŽIVA V PREVENCI OCHORENÍ

ÚSTNA SKÚŠKA

1. Poruchy zdravia z energeticky nadmernej alebo nedostatočnej výživy (obezita, podvýživa)
2. Zdravotno-nutričný význam bielkovín
3. Energetický a biologický význam sacharidovej zložky vo výžive
4. Vitamíny ako protektívne faktory vo výžive človeka
5. Minerálne látky a stopové prvky ako esenciálne zložky vo výžive človeka
6. Zdravotno-nutričný význam rastlinných zdrojov potravy (ovocie, zelenina a zemiaky)
7. Nutričný prínos obilnín a strukovín vo výžive človeka
8. Zdravotno-nutričný význam živočíšnych zdrojov potravy (mäso, mlieko, vajcia)
9. Mlieko a mliečne výrobky – zdravotné a nutričné benefity
10. Pochutiny, huby a riasy – nutričná hodnota a využívanie v slovenskej kuchyni
11. Aktuálna situácia v spotrebe potravín na Slovensku a dlhodobé spotrebné trendy
12. Obohacovanie potravín. Funkčné potraviny. Výživové doplnky.
13. Hlavné princípy politiky bezpečnosti potravín v EÚ
14. Potravinová legislatíva SR a jej vzťah k európskemu potravinovému právu
15. Orgány úradnej kontroly potravín. Rýchly výstražný systém pre potraviny a krmivá (RASFF)
16. Hygienické požiadavky na výrobu a obeh potravín – požiadavky na výrobné objekty, skladovacie priestory, na prepravu a predajne
17. Zásady správnej výrobných praxe v potravinárskych prevádzkach
18. Hlavné princípy HACCP
19. Legislatívne požiadavky na označovanie potravín uvádzaných do obehu
20. Potraviny na osobitné výživové účely a výživové doplnky (charakteristika, hygienické požiadavky na výrobu a označovanie)
21. Význam tukov vo výžive a ich úloha v organizme človeka
22. Základné rozdelenie tukov, odporúčaný príjem
23. Cholesterol v potrave, úloha v organizme, odporúčaný príjem
24. Biologická hodnota tukov v potrave
25. Rozdelenie mastných kyselín, odporúčaný príjem
26. Zdroje a význam n-3 PUFA
27. Trans-izoméry mastných kyselín – zdroje, význam
28. Tepelná úprava a skladovanie tukov
29. Základné výživové odporúčania pre konzumáciu tukov
30. Preventívne programy v SR zamerané na primárnu prevenciu chronických chorôb
31. Výživové odporúčania na zníženie prevalencie KVCH
32. Odporúčané potraviny v protisklerotickej diéte
33. Nevhodné alebo rizikové potraviny v protisklerotickej diéte
34. Výživové ciele na zníženie morbidity a mortality na KVCH
35. Znižovanie príjmu nasýtených tukov, trans-MK a soli v populácii
36. Výživa v prevencii onkologických ochorení
37. Odporúčané potraviny a nutrienty v prevencii onkologických ochorení
38. Nevhodné alebo rizikové potraviny v prevencii onkologických ochorení
39. Výživa a diabetes mellitus
40. Výživa a osteoporóza
41. Hlavné zásady zdravého stravovania (zdraviu prospešné a nevhodné potraviny)
42. Pitný režim, vodná bilancia
43. Dôsledky nedostatočného príjmu tekutín
44. Vhodné a nevhodné nápoje v pitnom režime
45. Všeobecné a špecifické zásady pitného režimu (deti, starší ľudia, ženy, športovci)
46. Diéty redukčné a podporujúce zdravie