

образовательный центр

ООО «Диет-эксперт»

Дата утверждения «17» октября 2024 г.

Директор О.П. Оксенюк

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА

программа профессиональной переподготовки

«Интегративная нутрициология и диетотерапия»

объем – 250 академических часов

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

владелец

г. Тольятти

2024 г.

серийный номер

срок действия

ООО «ДИЕТ-ЭКСПЕРТ»

ОКСЕНЮК ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899

24.06.2024 - 24.09.2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Аннотация	2
1.1. Общая характеристика программы	5
1.2. Планируемые результаты	7
2. Учебный план дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Интегративная нутрициология и диетотерапия»	- 10
3. Календарный учебный график	11
4. Содержание учебной программы	12
5. Форма аттестации и оценка качества освоения программы	20
6. Организационно - педагогические условия реализации программы	22
6.1 Материально-технические условия реализации программы	22
6.2 Требования к кадровому обеспечению образовательного процесса	23
6.3 Требования к учебно-методическому обеспечению образовательного процесса	23
6.4 Информационное обеспечение обучения	24

Контур Крипто

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

владелец

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"
ОКСЕИЮК ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

серийный номер 1
срок действия

FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
24.06.2024 - 24.09.2025

1. АННОТАЦИЯ

Дополнительная профессиональная программа – программа профессиональной переподготовки «Интегративная нутрициология и диетотерапия» (далее – Программа) регламентирует цели, ожидаемые результаты, содержание, условия и технологии реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки по данному направлению профессиональной переподготовки и включает в себя: учебный план; рабочие программы учебных дисциплин и другие материалы, обеспечивающие качество подготовки обучающихся, а также календарный учебный график и методические и оценочные материалы, обеспечивающие реализацию соответствующей образовательной технологии.

Программа направлена на получение компетенции, необходимой для выполнения нового вида профессиональной деятельности, приобретение новой квалификации.

Цель программы:

Целью реализации Программы является формирование у обучающегося компетенций, необходимых для осуществления нового вида профессиональной деятельности и решения практических задач в области интегративной нутрициологии, приобретение новой квалификации.

Переподготовка осуществляется посредством формирования практических навыков, необходимых для успешной профессиональной деятельности в качестве консультантов по управлению персональным здоровьем и благополучием, которая включает подготовку по рациональному питанию, фитнесу, психологии изменения поведения.

Задачи программы:

1. способствовать приобретению знаний, умений и навыков для построения рациона питания и восполнения дефицитов;

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

владелец

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"
ОКСЕНЮК ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

серийный номер
срок действия

2 FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
24.06.2024 - 24.09.2025

2. сформировать профессиональные компетенции, обеспечивающие эффективное решение практических задач в области интегративной нутрициологии;

3. способствовать приобретению обучающимися навыков мышления в сфере определения потребностей клиентов;

4. способствовать освоению методов выхода клиентов из систематического переедания;

5. сформировать знания, умения и навыки для применения прикладных способов стабилизации положительного состояния в психической, эмоциональной и физической сфере человека.

Категория обучающихся:

Лица, имеющие или получающие высшее профессиональное или среднее профессиональное образование.

Организация учебного процесса:

Объем программы: 250 академических часов. Продолжительность обучения – 9 недель.

Формы обучения: заочная с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий. При реализации программы применяется форма организации образовательной деятельности, основанная на модульном принципе представления содержания образовательной программы и построения учебного плана.

Режим занятий:

На освоение Программы обучающемуся отводится 28 академических часов в неделю, включая все виды учебной нагрузки обучающегося, в том числе самостоятельную работу и выполнение практических заданий. Занятия в режиме реального времени проводятся один или два раза в неделю. Обучающие материалы в записи обучающиеся осваивают самостоятельно в соответствии с учебным графиком. Академический час (далее – час,

академический час) равен 45 минутам.

владелец

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"

ОКСЕНЮК ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

серийный номер
срок действия

3 FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
24.06.2024 - 24.09.2025

К освоению дополнительных профессиональных программ допускаются лица, имеющие или получающие высшее профессиональное или среднее профессиональное образование.

Зачисление в группу происходит после заключения договора на оказание образовательных услуг и внесении обучающимся оплаты.

Освоение дополнительных профессиональных образовательных программ завершается итоговой аттестацией обучающихся в виде итогового тестирования и письменного опроса.

Лицам, успешно освоившим соответствующую дополнительную профессиональную программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдается документ о квалификации - диплом о профессиональной переподготовке.

Нормативные документы, используемые для разработки программы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 27.06.2018) «Об образовании в Российской Федерации»;
2. приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 01.07.2013 г. № 499 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам» (в ред. Приказа Минобрнауки России от 15.11.2013 № 1244);
3. приказ Минобрнауки России от 29.07.2020 г. № 839 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология».
4. профессиональный стандарт «Психолог-консультант», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14.09.2022 г. № 537н.

Контур Крипто

владелец

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"
ОКСЕНЮК ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

серийный номер
срок действия

4 FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
24.06.2024 - 24.09.2025

1.1. Общая характеристика программы

Программа профессиональной переподготовки направлена на формирование компетенций обучающихся для выполнения нового вида профессиональной деятельности в области интегративной нутрициологии. Лицо, освоившее данную программу, понимает механизмы здорового питания, мотивы выбора пищи человеком, определяет системы питания, стратегии питания человека и восполнения дефицитов микро-и макроэлементов в организме человека.

Актуальность программы обусловлена большой востребованностью среди населения в знании правил и принципов здорового питания, порядка оздоровления организма и поддержание здорового состояния через правильное питание, восполнение дефицитов и здоровый образ жизни.

Обучающиеся в результате овладеют универсальными, общепрофессиональными и профессиональными компетенциями в области питания и среды обитания человека.

Программа способствует развитию теоретического мышления, стремления к поисковой, исследовательской и творческой деятельности при решении поставленных теоретических и практических задач на основе воспитания творческой личности, способной к самоопределению, самоуправлению и самореализации.

Основные компетенции обучающихся:

- улучшение качества жизни населения;
- составление рационов питания в зависимости от состояния;
- профилактика и работа с дефицитами макро и микроэлементов;
- профилактика избыточной и недостаточной массы тела;
- психологическая коррекция нарушений в пищевом поведении.

Объекты профессиональной деятельности:

процессы, свойства и состояния человека, их проявления в различных

Контур Крипто

владелец

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"

ОКШЕНКО ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

серийный номер
срок действия

5 FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
24.06.2024 - 24.09.2025

- областях человеческой деятельности;
- консультирование в сфере нутрициологии и формирования здорового образа жизни;
 - проведение просветительско-профилактические мероприятий в сфере нутрициологии и формирования здорового образа жизни.

Программа обладает всеми необходимыми ресурсами и возможностями реализовать поставленные задачи и тем самым приступить к практической деятельности в сфере интегративной нутрициологии после окончания обучения.

Основными преимуществами и условиями подготовки обучающихся являются:

- высококвалифицированные преподаватели с медицинским образованием;
- новейшие методики, используемые в учебном процессе;
- консультирование в процессе обучения по всем аспектам сложных и проблемных вопросов, встречающихся в практике;
- обучающиеся обеспечиваются необходимой учебной литературой, часть которой подготовлена преподавателями, участвующими в учебном процессе.

Ключевые особенности программы:

- содержит новейшие знания по теме интегративной нутрициологии;
- обучает комплексному подходу к формированию здорового образа жизни;
- ориентирована на практику и несет прикладную пользу – дает объемную базу практики и нацелена на применение полученных навыков в жизни и работе;
- активное участие обучающихся в образовательном процессе путем

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

общения и обмена опытом, способствующее тем самым их
профессиональному росту и развитию делового сотрудничества.

владелец

серийный номер
срок действия

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"

ОКСЕНЮК ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

6 FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
24.06.2024 - 24.09.2025

Изучение материала ведется в форме, доступной пониманию обучающихся, соблюдается единство терминологии.

Для проведения занятий используются лекционные занятия в записи и в режиме реального времени, взаимодействие с преподавателями во время практических занятий, разбор клиентских случаев, проводятся дискуссии по актуальным проблемам интегративной нутрициологии, работа с учебной литературой, методическими и справочными материалами, тестирование, выполнение практических заданий.

В рабочей программе дисциплины наряду с практическими занятиями рекомендуется самостоятельная работа обучающихся с указанием ее тематики.

Для проверки знаний обучающихся используется текущий контроль, промежуточная аттестация и итоговая аттестация.

1.2. Планируемые результаты

Характеристика компетенций, подлежащих совершенствованию, и (или) перечень новых компетенций, формирующихся в результате освоения программы:

(УК - универсальные компетенции, ОПК - общепрофессиональные компетенции, ПК - профессиональные компетенции).

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
УК-1	способность осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач
УК-2	способность определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения

Контур Крипто

владелец

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"

ОКСЕНЮК ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

Документ подписан квалифицированной электронной подписью 10.01.2025

серийный номер 7 FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
срок действия 24.06.2024 - 24.09.2025

УК-6	способность управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни
ОПК-2	способность применять методы сбора, анализа и интерпретации эмпирических данных в соответствии с поставленной задачей, оценивать достоверность эмпирических данных и обоснованность выводов научных исследований
ОПК-5	способность выполнять организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего характера
ПК-1	способность к психологическому анализу деятельности на личностно-мотивационном, компетентно-целевом, информационном, структурно-функциональном и индивидуально-психологическом уровнях
ПК-5	способность к использованию современных средств информационно-коммуникационных технологий и необходимых компьютерных программ
ПК-6	способность к соблюдению конфиденциальности в отношении полученной информации

Результатами освоения программы являются приобретенные обучающимся компетенции, выраженные в способности применять полученные знания и умения при решении профессиональных задач.

В результате освоения программы обучающийся должен:

Знать:	<ul style="list-style-type: none"> - понятие нутрициологии; - основы анатомии и физиологии пищеварения; - кто такой нутрициолог и чем отличается от врача; - роль питания в здоровье человека; - основы сбалансированного питания и подходы нутрициолога; - сфера ответственности и компетенций консультанта по питанию; - особенности усвоения белков, жиров и углеводов; - функции, виды различных аминокислот; - правила для употребления витаминов и БАДов; - токсины в пище и воде; - причины лишнего веса; - Типы клиентов нутрициолога; - Основные правила снижения веса; - Обзор протоколов питания.
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"> - Оказывать услуги в рамках своих компетенций и полномочий; - Применять комплексный подход к коррекции стресса; - Через питание и образ жизни нормализовать режим сна и бодрствования; - Помогать клиенту выбирать безопасную посуду, одежду, вести нетоксичный

Контур Крипто

Документ подписан квалифицированной электронной подписью 10.01.2025

владелец

серийный номер
срок действия

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"

ИНН 78/0501001001

8

FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B3E7C1899
24.06.2024 - 24.09.2025

	<p>образ жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Восполнять дефицит микроэлементов; - Использовать таблицы калорийности, гликемического индекса, инсулинового индекса и гликемической нагрузки продуктов; - Применять знания основного обмена и калорийности рациона.
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> - Навыками составления сбалансированного питания; - навыками разработки программы питания; - Навыками применения разных подходов в нутрициологии; - Навыками оценки рациона с применением таблиц калорийности, гликемического индекса, инсулинового индекса и гликемической нагрузки продуктов; - Навыками безопасной детоксикации организма; - Навыками минимизации токсической нагрузки; - Навыками подбора протокола питания под определенную задачу; - Навыками оценки массы и состава тела; - Методами коррекции веса; - Навыками определения симптомов гипотериоза и других гормональных отклонений; - Навыками использования методов немедикаментозной коррекции состояния клиента; - Навыками контроля стресса и его последствий; - Навыками доведения клиентов до результата.

Учебный план определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), иных видов учебной деятельности обучающихся и формы аттестации.

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

владелец

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"
ОКСЕНЮК ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

серийный номер
срок действия

9 FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
24.06.2024 - 24.09.2025

**2. Учебный план дополнительной профессиональной программы –
программы профессиональной переподготовки «Интегративная
нутрициология и диетотерапия»**

№ п/ п	Наименование	Всего часов	В том числе			Форма контрол я
			Лекции (час.)	Практи ческие занятия (час.)	Самосто ятельна я работа (час.)	
1	Модуль 1. Интегративная нутрициология и диетотерапия и диетологические аспекты коррекции веса	65	25	15	25	ТК
2	Промежуточная аттестация	1	-	-	1	ПА
3	Модуль 2. Лабораторная диагностика и нутритивная коррекция	55	20	15	20	ТК
4	Промежуточная аттестация	1	-	-	1	ПА
5	Модуль № 3. Диетотерапия при различных состояниях	80	30	20	30	ТК
6	Промежуточная аттестация	1	-	-	1	ПА
7	Модуль № 4. Психологическая коррекция нарушений в пищевом поведении	44	15	14	15	ТК
8	Промежуточная аттестация	1	-	-	1	ПА
9	Итоговая аттестация	2	-	-	2	ИА
	Итого	250	90	64	96	

ТК – текущий контроль; ПА – промежуточная аттестация; ИА – итоговая аттестация.

Контур Кристо

владелец

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"
ОКСЕНЮК ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

серийный номер 10 FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
срок действия 24.06.2024 - 24.09.2025

3. Календарный учебный график дополнительной профессиональной программы – программы профессиональной переподготовки «Интегративная нутрициология и диетотерапия»

Период обучения (неделя) / час	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Модуль 1. Интегративная нутрициология и диетотерапия и диетологические аспекты коррекции веса	28	28	8						
Промежуточная аттестация			1						
Модуль 2. Лабораторная диагностика и нутритивная коррекция			19	28	8				
Промежуточная аттестация					1				
Модуль № 3. Диетотерапия при различных состояниях					19	28	28	5	
Промежуточная аттестация								1	
Модуль № 4. Психологическая коррекция нарушений в пищевом поведении								22	23
Промежуточная аттестация									1
Итоговая аттестация									2
В том числе практические занятия									
В том числе самостоятельная работа									
ИТОГО (часов в неделю)	28	28	28	28	28	28	28	28	26

Контур Кристо

владелец

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"
ОКСЕНЮК ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

Документ подписан квалифицированной электронной подписью 10.01.2025

серийный номер 11 FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
срок действия 24.06.2024 - 24.09.2025

4. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

Модуль 1. Интегративная нутрициология и диетотерапия и диетологические аспекты коррекции веса

Урок 1. «Интегративная нутрициология и диетотерапия». Введение в профессию.

Профессия нутрициолога. Наука нутрициология. Предмет, объект и задачи нутрициологии. Понятие физического здоровья. Правовые аспекты работы нутрициолога. Миссия нутрициолога.

Урок 2. Дефициты в организме. Причинно-следственная связь
Исторические причины дефицитов в организме. Ксенобиотики. Минусы применения ксенобиотиков. Источники токсинов. Парабены. Источники фталатов. Основные системы экскреции токсинов в организме.

Урок 3. Как и почему дефициты приводят к болезням
Симптомы и признаки развития дефицитов. Причины неадекватной обеспеченности организма витаминами. Существенные отклонения рациона от формулы адекватного питания. Оптимальный рекомендуемый набор продуктов для ежедневного потребления. Функциональная роль нутрицевтиков. Функциональная роль парафармацевтиков. Причины неадекватной обеспеченности организма витаминами.

Урок 4. Основы сбалансированного питания «Белки»
Функции белка. Симптомы белковой недостаточности в питании. Раковые клетки. НК – клетки. Состав белка. Классификация аминокислот. Биологическая ценность белков. Суточная потребность в белке. Виды белка. Диетологические аспекты, способствующие повышению синтеза белка в организме.

Урок 5. Основы сбалансированного питания «Углеводы»
Понятие углеводов. Классификация углеводов. Клетчатка. Рафинация продуктов. Основные биологические функции углеводов. Суточное потребление углеводов. Риски низкоуглеводной диеты. Заменители сахара.

Урок 6. Основы сбалансированного питания «Жиры»
Функции жиров. Стеройдогенез. Типы жирных кислот. Виды жиров в продуктах питания. Салаты и масла в ежедневном рационе. Суточное потребление жиров.

Урок 7. Правильное сочетание продуктов

Сочетание продуктов. Лица, которым показано правильное сочетание продуктов. Возможные сочетания отдельных продуктов.

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

серийный номер
срок действия

12
24.06.2024 - 24.09.2025

владелец

ООО «ДИЕТ-ЭКСПЕРТ»

ОКСЕНКО ЛЕБЕ ПЕТРОВИЧ

Урок 8. Избыточная масса тела и ожирение. Подходы к коррекции
Тактика нутрициолога при работе с ожирением. Критерии
метаболического синдрома. Метаболическое ожирение с нормальным весом.
Индекс массы тела. Биоимпедансометрия. Типы ожирения. Причины
ожирения. Гормоны жиросжигатели. Сон и ожирение. Переедание.

Урок 9. Многофакторная профилактика избыточной массы тела
Ошибки в питании людей, имеющих лишни вес или ожирение.
Важность завтрака. Физиология образования желчи. Размер порций.
Интервальное голодание. Двигательная активность. Здоровый сон.
Нутритивная коррекция сна.

Урок 10. Составление базового рациона на программе снижения веса
Базовый рацион. Пример рациона для снижения веса для женщины.
Варианты правильного завтрака. Дополнительные рецепты. Перекус. Обед.
Ужин. Десерты. Дневник питания.

Урок 11. Тактика работы с мужчинами на программе снижения веса
Нюансы мужчин, имеющих лишний вес.

Урок 12. Техника проведения разгрузочных и очистительных дней
Противопоказания для разгрузочных дней. Разгрузочный день на
яичных белках. Разгрузочный день на твороге и кефире. Разгрузочный день
на филе курицы/индейки/белой рыбы Разгрузочный день «Детокс».

Урок 13. Тактика работы при дефиците массы тела
Программа стабилизации веса. Основные моменты. Программа набора
веса.

Урок 14. Тактика работы с беременными и кормящими женщинами
Беременные женщины. 1 триместр «Токсикоз». Витамины в 1
триместре. Второй триместр. Витамины во 2 триместре. Третий триместр.
Витамины в 3 триместре. Критерии прибавки веса во время беременности.
Тактика работы при бесплодии неясного генеза. Особенности работы с
кормящими женщинами.

Урок 15. Питание «До/во время/после тренировки»
Большой вес - показание к кардио-тренировкам Рекомендации по
питанию «Кардио утром». Рекомендации по питанию «Кардио вечером».
Силовая тренировка «Утро». Силовая тренировка «Вечер». Исключение
крахмалистых овощей из вечернего рациона на программе снижения веса.

Факторы, влияющие на процесс снижения веса

Контур Кристо

владелец

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"

Иван Петрович

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

серийный номер FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
срок действия 24.06.2024 - 24.09.2025

13

Урок 16. Практика. Работа с Фокус-группой.

Набор группы подопечных. Построение работы с клиентом. Набор подопечных в группу. Условия работы с фокус-группой.

Урок 17. Сбор анамнеза и выстраивание тактики индивидуальной работы

Техника проведения первичной консультации (офлайн). Биоимпедансометрия. Таблица измерений. Антропометрические измерения. Сбор анамнеза/анкетирование. Техника проведения повторной консультации. Техника проведения первичной консультации (онлайн). Техника проведения продающей консультации.

Урок 18 Дополнительные материалы.

Протеиновые (белковые) коктейли. Коллаген. Низкокалорийные продукты.

Урок 19. Молочные продукты.

Казеин. Лактазная недостаточность. Первичная лактазная недостаточность. Копрограмма. Вторичная лактазная недостаточность. Симптомы индивидуальной и скрытой непереносимости молочных продуктов. Мифы о молочке. выбор правильных молочных продуктов. Сочетание молочных продуктов.

Задание для промежуточной аттестации:

Промежуточное тестирование по итогам первого модуля

Модуль 2. Лабораторная диагностика и нутритивная коррекция

Урок 1. Правила подготовки и сдачи анализов

Правила сдачи анализов. Клинический минимум. лабораторный минимум «Эконом». Check-UP анализов по разным возрастам. Онкомаркеры. Check-UP для детей.

Урок 2. Разбор общего анализа крови

Общий анализ крови с развернутой лейкоцитарной формулой. Лимфоциты. Гемоглобин и эритроцитарные индексы. Признаки вирусной и бактериальной инфекций.

Урок 3. Разбор биохимического анализа крови

Билирубин общий, АЛТ и АСТ. Улучшение реологии желчи для хорошего оттока. Улучшение оттока желчи. Общий белок. Признаки гипоацидности желудка в анализах. Диетологические аспекты при

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

владелец ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"
серийный номер FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
срок действия 14 24.06.2024 - 24.09.2025

гипоацидности. Липидный спектр. Нормализация жирового обмена. Баланс липидов. Гомоцистеин. Инсулин. Инсулинорезистентность и диабет. Глюкоза. Гликированный гемоглобин. Тактика нутрициолога при сахарном диабете 2 типа. Определение ферростатуса. Ферритин. Причины дефицита железа. Последствия дефицита железа. Нутритивная коррекция дефицита железа. Витамин В12. С-реактивный белок (СРБ). Ликвидация воспаления. Омега-3 индекс. Мочевина (Urea). Креатинин (Creatinine). Гормоны щитовидной железы (ТТГ, Т3, Т4). Внешние признаки гипотиреоза. Тактика нутрициолога при аутоимунных заболеваниях. Витамин D. Паратгормон. Пролактин. Препараты витамина D. Какие витамины нужны организму на постоянной основе.

Урок 4. Копрологическое исследование

Расшифровка копрограммы: Цвет. Запах. Кислотность. Слизь. Кровь. Остатки непереваренной пищи. Белок. Стеркобилин. Билирубин. Соединительная ткань и мышечные волокна. Жир Растительная клетчатка. Крахмал. Йодофильная флора (патологическая). Кристаллы. Эпителий. Лейкоциты. Эритроциты. Простейшие. Яйца глистов. Дрожжевые грибы. Протокол реабилитации ЖКТ. Протокол реабилитации ЖКТ. 4 этапа и 4 задачи.

Урок 5. Как о себе заявляют дефициты (внешние признаки)

Дефицит железа. Нутритивная коррекция дефицита железа. Дефицит витаминов группы В. Нутритивная коррекция дефицита В12. Дефицит белка. Нутритивная коррекция дефицита белка. Нутритивная коррекция дефицита омега-3. Дефицит витамина D (25ОН). Нутритивная коррекция дефицита витамина D. Дефицит цинка. Эффекты цинка. Нутритивная коррекция дефицита цинка. Дефицит селена. Нутритивная коррекция дефицита селена.

Урок 6. Дополнительные материалы.

Таблица совместимости витаминов и минералов

Урок 7. Холестилин.

Липопротеины Общий холестерин и 2 потока холестерина Высокий уровень ЛПВП. Повышенный синтез холестерина в организме. причины повышения холестерина. Негативные эффекты статинов. Эффекты ЛПВП (HDL) Холестерин ЛПНП (LDL). Эффекты ЛПНП (LDL). причины повышения холестерина (ЛПНП, триглицеридов). Первые признаки нарушения работы сердца и сосудов. Признаки дислипидемии. Питание при дислипидемии. Образ жизни. Нормализация жирового обмена. Нутритивная коррекция жирового обмена.

Промежуточное тестирование по итогам второго модуля

Модуль № 3. Диетотерапия при различных состояниях

Урок 1. Биохимия здорового пищеварения

Пищеварение начинается в ротовой полости. Лизоцим. Анатомия пищеварительного тракта. Желудок. Рефлюкс-эзофагит. Профилактика рефлюкс-эзофагита. Кислая среда в желудке. Функции соляной кислоты. Признаки гипоацидности желудка в анализах. Симптомы гипоацидности желудка. Причины гипоацидности желудка. Последствия гипоацидности желудка. Дисбиоз кишечника. Симптомы избыточного бактериального роста (СИБР). Рекомендации для нормализации кислотности желудка. утритивная программа реабилитации ЖКТ. Пищеварительные ферменты для нормализации кислотности желудочного сока. Рекомендации при повышенной кислотности желудка. Слизиобразование в желудке. Муцин. Язва желудка и 12-ти перстной кишки. Принцип работы сфинктера Одди. Стущение желчи. Желчекаменная болезнь. Улучшение реологии желчи для хорошего оттока. Улучшение оттока желуци. Противопоказания к нутритивной поддержке. Кишечник. Микробиота кишечника. Микрофлора кишечника. Дружественная флора кишечника. Патогенная флора. Последствия дисбактериоза.

Урок 2. Стресс-менеджмент в нутрициологии

Биологическая цель жизни любого индивидуума. Механизм действия закона выживания. Внутриутробное программирование на жизнеспособность. Концепция стресса. Формы стресса. Кортизол. Эмоциональная дисфункция ведет к биохимической. Жалобы пациентов, находящихся в стрессе. Симптомы неадекватной реакции на стресс. Маркеры стресса в анализах. Тактика нутрициолога при работе со стрессом. Диетотерапия при стресс-менеджменте. Продукты, усиливающие стресс. Продукты, снижающие стресс. Нутритивная коррекция стресса при повышенном кортизоле. Программа антистресс.

Урок 3. Поликистоз

Внешние признаки СПКЯ. Основы диетотерапии при СПКЯ. Запрещенные продукты при поликистозе. Рекомендованные продукты при поликистозе. Нутритивная поддержка при СПКЯ.

Урок 4. Гипотиреоз

Щитовидная железа (ЩЖ) и ее влияние на организм. Психосоматика. Продукты, снижающие уровень гормонов ЩЖ. Внешние признаки гипотиреоза. Следствие гипотиреоза. Обследование на гипотиреоз. Тактика нутрициолога при гипотиреозе. Нутритивная коррекция при гипотиреозе.

Контур Кристо

владелец

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

серийный номер
срок действия

16

FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
24.06.2024 - 24.09.2025

Урок 5. Аутоиммунные заболевания

Как развиваются аутоиммунные заболевания (АИЗ) Факты об АИЗ. Виды АИЗ. Аутоиммунный тиреодит (АИТ). Причины АИТ. Аутоиммунный протокол (АИП). Этапы АИП. Запрещенные продукты. Рекомендуемые продукты. Этап введения продуктов. АИП в практике специалиста. Тактика нутрициолога при АИЗ.

Урок 6. Сахарный диабет

Факт о диабете. Симптомы сахарного диабета. Причины развития сахарного диабета. Основные принципы диетотерапии при сахарном диабете 2 типа. Нутритивная поддержка при сахарном диабете 2 типа. Тактика нутрициолога при сахарном диабете 2 типа. Тактика нутрициолога при повышенном чувстве голода. Тактика нутрициолога при переедании.

Урок 7. Инсулинорезистентность

Что такое «Инсулинорезистентность» (ИР) Признаки ИР. Питание при ИР. Что влияет на ГИ продукто Продукты с низким и средним ИИ. Диетотерапия при ИР. Тактика нутрициолога при ИР.

Урок 8. Подагра

Факты о подагре. Факторы риска развития подагры. Признаки подагры. Патогенез заболевания. Тактика нутрициолога при подагре. Диетотерапия при подагре.

Урок 9. Заболевания органов пищеварения

Панкреатит и холецистит. Симптомы панкреатита и холецистита. Запреты при панкреатите и холецистите. Диетотерапия при панкреатите и холецистите.

Урок 10. Гастриты

Стенки желудка при гастрите. Виды гастрита. Причины развития гастрита. Симптомы гастрита с повышенной кислотностью. Диетотерапия при гастрите с повышенной кислотностью. Нутритивная коррекция. Симптомы гастрита с пониженной кислотностью. Диетологические аспекты при гипоацидности. Гастрит в ремиссии. Гастропротектор.

Урок 11. Запоры

Причины запоров. Психосоматика.

Нормализация стула. Консистенция пищи. Травы-горечи в питании. Распорядок дня. Питьевой режим. Тактика нутрициолога. Улучшение реологии желчи для хорошего оттока. Улучшение оттока желчи. Спазмолитик. Тактика нутрициолога при гипотиреозе. Программа

Контур Крипто

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

серийный номер FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
срок действия 24.06.2024 - 24.09.2025

реабилитации ЖКТ. Особенности анатомического строения. Скорая помощь при запорах.

Урок 12. Целиакия

Симптомы целиакии со стороны ЖКТ. Симптомы целиакии со стороны ЖКТ. Симптомы целиакии со стороны других органов и систем. Симптомы целиакии со стороны ЖКТ. Неспецифические симптомы целиакии. Психически и поведенческие нарушения. Факторы, провоцирующие возникновение целиакии. Внешние проявления целиакии. Диетотерапия при целиакии.

Урок 13. Подсчет калорий. Мусульманский пост

Урок 14. Симптомы ПМС

Лечение и профилактика симптомов ПМС.

Задание для промежуточной аттестации:

Пройдите промежуточное тестирование по итогам третьего модуля

Модуль № 4. Психологическая коррекция нарушений в пищевом поведении

Урок 1. Когда еда больше, чем еда

Составляющие основы счастья человека:

Урок 2. Формирование культуры питания

Формирование пищевой аддикции. Углеводная транквилизация. Влияние дефицитов и ограничений. Системные послания из семьи. Культ сладкого и эмоции. Менталитет. Формирование культуры питания и заботы о себе. Хитрые приемы для здорового питания. Мультики во время еды. Шантаж едой.

Урок 3. Почему тело «Стремится в толстую жизнь»

Страх стать привлекательной. Боязнь беременности. Проблемы в семье. Ревность мужа. Защита от проблем. Занять место в социуме с помощью размера.

Урок 4. Техника формирования доверительного контакта с клиентом/пациентом

2 способа формирования доверия клиента Эксперимент. Ожидания клиента. Информирование клиента. Сбор обратной связи. Репрезентативные техники и техники подстройки. Техника «Зазеркаливание и активное слушание». Жесты лжеца. Главные правила, которых должен придерживаться специалист.

Контур Кристо

владелец

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"

ОКСЕНОК ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

серийный номер
срок действия

18

FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
24.06.2024 - 24.09.2025

Урок 5. Типы и психотипы клиентов

Аддикт (зависимый). Тревожный ипохондрик. Клиент «Ребенок». Клиент «Руководитель». Сложные типы клиентов.

Урок 6. Формирование здоровой мотивации и психологии стройной личности

Мотивация клиентов. Способы формирования мотивации. Задания, формирующие мотивацию.

Урок 7. Техника выведения клиента из срыва

Вопросы, вытесняющие разрушающие продукты. Расслабление через еду. Курящие клиенты. Снижение веса на кортизоле недопустимо. «Наведение страха» на клиента. Изменение мышления. Вопросы недовольному клиенту от специалиста для формирования осознанности.

Промежуточная аттестация.

Тестирование по итогам четвертого модуля, выполнение письменной работы

Задание для итоговой аттестации:

Тестирование, письменный опрос.

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

владелец

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"
ОКСЕНОК ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

серийный номер
срок действия

19

FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
24.06.2024 - 24.09.2025

5. ФОРМА АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Проведение контроля успеваемости направлено на обеспечение выстраивания образовательного процесса максимально эффективным образом для достижения результатов освоения Программы.

Для оценки качества освоения Программы применяют текущий контроль успеваемости обучающихся, промежуточная аттестация, итоговая аттестация.

Нормативно-методическое обеспечение текущего контроля успеваемости обучающихся, проведения промежуточной и итоговой аттестации по Программе осуществляется в соответствии с локальными актами образовательного центра ООО «ДИЕТ-ЭКСПЕРТ».

Текущий контроль успеваемости обучающихся представляет систематическую проверку учебных достижений обучающихся, проводимую преподавателем в ходе осуществления образовательной деятельности в соответствии с образовательной программой в целях:

- определения уровня достижения обучающимися результатов, предусмотренных образовательной программой;
- своевременной корректировки рабочей программы и учебного процесса;
- информирования обучающихся о результатах обучения.

Текущий контроль и фиксация его результатов осуществляется с использованием программных средств образовательной платформы.

Формы текущего контроля – письменный опрос. При оценке результатов опросов анализу подлежит точность формулировок, связность изложения материала, обоснованность суждений, полнота заполненных сведений, точность и актуальность анализа.

Промежуточная аттестация – это установление уровня результатов освоения каждого из учебных модулей, предусмотренных образовательной программой.

Цель промежуточной аттестации - оценить работу обучающегося по итогам учебного модуля, полученные им теоретические знания, развитие мышления, приобретение навыков самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их к решению практических задач.

Промежуточная аттестация проводится в виде тестирования и (или) выполнения письменной работы. Оценка промежуточной аттестации проходит в виде «зачет»/ «незачет».

Оценка «зачет» выставляется, если Обучающийся правильно ответил на все вопросы теста, аргументировано и развернуто выполнил письменное задание. Оценка «незачет» ставится, если Обучающийся неверно ответил на один вопрос теста, ответы в письменном задании не аргументированы или даны не с неверной аргументацией.

Итоговая аттестация представляет собой форму оценки степени и уровня освоения обучающимися дополнительной профессиональной программы – программы профессиональной переподготовки.

Цель итоговой аттестации – оценить качество освоения обучающимися навыков профессии в области интегративной нутрициологии.

К итоговой аттестации допускается обучающийся, получивший оценку «зачтено» по итогам промежуточной аттестации.

Итоговая аттестация проводится в форме теста. Тест состоит из 50 вопросов. Продолжительность выполнения теста – 90 минут. Оценка «зачет» ставится, если Обучающийся ответил правильно минимум на 45 вопросов. Оценка «не зачет» ставится, если обучающийся ответил правильно меньше чем на 45 вопросов. У обучающегося есть 2 попытки пересдать тест в

пределах сроков обучения.

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной электронной подписью 10.01.2025

владелец

серийный номер
срок действия

21

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"
ОКСЕНЮК ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
24.06.2024 - 24.09.2025

6. ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

6.1 Материально-технические условия реализации программы

Для эффективного внедрения дистанционных образовательных технологий и использования электронных образовательных ресурсов имеется качественный доступ преподавателей и обучающихся к информационно-телекоммуникационной сети Интернет (далее – сеть Интернет) с использованием установленных программно-технических средств для обучающихся и педагогических работников на скорости не ниже 256 Кбит/с; обеспечен порт доступа в сеть Интернет со скоростью не ниже 10 Мбит/с и возможностью установления не менее 50 одновременных сессий по 256 Кбит/с.

Услуга подключения к сети Интернет предоставляется в режиме 24 часа в сутки 7 дней в неделю без учета объемов потребляемого трафика.

Для использования дистанционных образовательных технологий каждому обучающемуся и преподавателю предоставляется свободный доступ к средствам информационных и коммуникационных технологий.

Рабочее место преподавателя оборудовано персональным компьютером и компьютерной периферией (веб-камерой, микрофоном, аудиоколонками и (или) наушниками), либо ноутбуком.

В состав программно-аппаратных комплексов включено (установлено) программное обеспечение, необходимое для осуществления учебного процесса:

- общего назначения (операционная система (операционные системы), офисные приложения, средства обеспечения информационной безопасности, архиваторы, графический, видео- и аудио-редакторы);

- учебного назначения (интерактивные среды и другие).

Контур Крипто

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

владелец

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"
ОКСЕНЮК ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

серийный номер
срок действия

22 FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
24.06.2024 - 24.09.2025

Формирование электронно-информационной образовательной среды осуществляется с помощью программной системы дистанционного обучения.

Требования к материально-техническим условиям со стороны обучающегося для доступа к системе дистанционного обучения – платформе GetCourse (<https://getcourse.ru>):

- персональное электронно-цифровое устройство для доступа к платформе (персональный компьютер, планшет, мобильное устройство и др.) с одной из операционных систем: MS Windows, MacOS, Android, iOS, Linux;

- установленный на персональном электронно-цифровом устройстве современный веб-браузер для доступа в Интернет актуальной версии: например, Яндекс.Браузер;

- рекомендованная входящая/исходящая скорость соединения с сетью Интернет— от 256 кбит/с.

- наличие приложения для чтения файлов формата PDF.

Обучение проходит на системе дистанционного обучения – платформе Геткурс по ссылке <https://diet-expert.info/teach/>

6.2 Требования к кадровому обеспечению образовательного процесса.

Требования к квалификации преподавателей – высшее профессиональное образование или среднее профессиональное медицинское образование, без предъявления к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование, или дополнительное профессиональное образование по направлению деятельности в организации, осуществляющей обучение без предъявления к стажу работы.

6.3 Требования к учебно-методическому обеспечению образовательного процесса

Контур Крипто

Документ подписан квалифицированной электронной подписью 10.01.2025

владелец

серийный номер
срок действия

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"
ОКСЕНЮК ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

23

FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
24.06.2024 - 24.09.2025

Формы проведения занятий: в режиме реального времени, а также изучение теоретического материала самостоятельно обучающимися.

Педагогические технологии: дистанционного, дифференцированного, развивающего, проблемного обучения.

Методы и приемы обучения: словесный, наглядный, метод вовлечения и демонстрации, частично-поисковый, дискуссионный.

Методы и приемы воспитания: метод формирования ответственности, метод формирования интереса к обучению.

6.4. Информационное обеспечение обучения

Перечень используемых, учебных изданий, дополнительной литературы, доступных в электронной библиотеке:

1. Хорошилов И.Е. Нутрициолог и диетолог: шесть существенных различий. СЗГМУ им. И.И. Мечникова. Журнал гастроэнтерология Санкт-Петербурга, Год: 2017 Страницы: 110-111

<https://elibrary.ru/item.asp?id=29304655>

2. Петров В.П., Магдич И.А., Сухотерина Е.Г. Пути преодоления дефицита основных пищевых веществ, витаминов и микронутриентов и предупреждения развития алиментарно-зависимых заболеваний. ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет» Минздрава России. Журнал «Педиатр». Год: 2017 Страницы: М255-М256

<https://elibrary.ru/item.asp?id=30719073>

3. Прощаев К.И. Сатардинова Э.Е., Покачалова М.А., АХМЕТОВА А.О., Нурпеисова А.Е., Лихтинова А.Н. Нутритивная поддержка как основа коррекции преждевременного старения. Академия постдипломного

Контур Крипто

владелец

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"
ОКСЕНОК ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

серийный номер FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
срок действия 24.06.2024 - 24.09.2025

24

образования. ФГБУ ФНКЦ ФМБА . Статья в журнале - научная статья, Год: 2020, № 1., Страницы: 69-81

<https://elibrary.ru/item.asp?id=42897404>

4. Подберезко Н.А., Малахова Е.Е., Крайник В.Л., Семенякина Е.М., Труевцева Е.А. Физические нагрузки как аспект компенсаторного поведения при расстройствах пищевого поведения. ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет». статья в журнале - научная статья Номер: 9 Год: 2022 Страницы: 191-195

<https://elibrary.ru/item.asp?id=49525583>

Ссылки на электронные ресурсы:

Научная электронная библиотека <https://elibrary.ru>

Для использования Интернет-ресурсов и информационно-библиотечного комплекса необходима предварительная регистрация обучающегося. Рекомендованная образовательной программой литература доступна к изучению в свободном доступе после регистрации на сайте электронной библиотеки. Ссылки для доступа в электронные библиотеки размещены рядом с наименованием.

Контур Кристо

Документ подписан квалифицированной
электронной подписью 10.01.2025

владелец

ООО "ДИЕТ-ЭКСПЕРТ"
ОКСЕНЮК ОЛЕГ ПЕТРОВИЧ

серийный номер
срок действия

25

FF47E0D5F6F3AA39C56C584CB617837B5E7C1899
24.06.2024 - 24.09.2025