



Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
**«Саратовский государственный медицинский
университет имени В. И. Разумовского»**
Министерства здравоохранения Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ

Директор Высшей школы управления
здоровьем и сестринского образования

О.Ю.Алешкина

« 26 » апреля 2024 г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Дисциплина:	Нутрициология в формировании здоровья населения (наименование дисциплины)
Специальность:	32.04.01 Общественное здравоохранение (код и наименование специальности)
Квалификация:	Магистр (квалификация(степень)выпускника)

1.1. КАРТА КОМПЕТЕНЦИЙ

№ п/п	Код компетенции	Наименование компетенции	Наименование индикаторов сформированности компетенции	Семестр	Номер задания
1.1	ОПК-4	Способность к применению современных методик сбора и обработки информации, к проведению статистического анализа и интерпретации результатов, к изучению, анализу, оценке тенденций, к прогнозированию событий в состоянии популяционного здоровья населения	ИДОПК-4.1 Знает функции и роль пищевых нутриентов в организме человека	3	1,2,3,4,5,15,16,17,18,19,29,30,31,32
			ИДОПК-4.2 Умеет применять на практике принципы нутритивной и нутриционной поддержки организма в различных состояниях с использованием функциональной и специализированной пищевой продукции	3	6,7,8,9,10,20,21,22,23,24,33,34,35,36
			ИДОПК-4.3 Владеет навыками устранения нарушений питания (недостаточного или избыточного) здорового и больного человека.	3	11,12,13,14,25,26,27,28,37,38,39,40

1.2. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ ПО ТИПАМ И УРОВНЯМ СЛОЖНОСТИ

№ п/п	Код компетенции	Индикатор сформированности компетенции	Номер задания	Тип задания	Уровень сложности задания	Время выполнения (мин.) 116 минут
1.	ОПК-4	ИДОПК-4.1 Знает функции и роль пищевых нутриентов в организме человека	1	Закрытый(задание с выбором одного ответа)	Базовый	1 мин.
2.	ОПК-4	ИДОПК-4.1 Знает функции и роль пищевых нутриентов в организме человека	2	Закрытый(задание с выбором одного ответа)	Базовый	1 мин.
3.	ОПК-4	ИДОПК-4.1 Знает функции и роль пищевых нутриентов в	3	Закрытый(задание с выбором одного ответа)	Базовый	1 мин.

		организме человека				
4.	ОПК-4	ИДОПК-4.1 Знает функции и роль пищевых нутриентов в организме человека	4	Закрытый(задание с выбором одного ответа)	Базовый	1 мин.
5.	ОПК-4	ИДОПК-4.1 Знает функции и роль пищевых нутриентов в организме человека	5	Закрытый(задание с выбором одного ответа)	Базовый	1 мин.
6.	ОПК-4	ИДОПК-4.2 Умеет применять на практике принципы нутритивной и нутриционной поддержки организма в различных состояниях с использованием функциональной и специализированной пищевой продукции	6	Закрытый(задание с выбором одного ответа)	Базовый	1 мин.
7.	ОПК-4	ИДОПК-4.2 Умеет применять на практике принципы нутритивной и нутриционной поддержки организма в различных состояниях с использованием функциональной и специализированной пищевой продукции	7	Закрытый (задание с выбором одного ответа)	Базовый	1 мин.
8.	ОПК-4	ИДОПК-4.2 Умеет применять на практике принципы нутритивной и нутриционной поддержки организма в различных состояниях с использованием функциональной и специализированной пищевой продукции	8	Закрытый (задание с выбором одного ответа)	Базовый	1 мин.
9.	ОПК-4	ИДОПК-4.2 Умеет	9	Закрытый (задание с выбором одного	Базовый	1 мин.

		применять на практике принципы нутритивной и нутриционной поддержки организма в различных состояниях с использованием функциональной и специализированной пищевой продукции		ответа)		
10.	ОПК-4	ИДОПК-4.2 Умеет применять на практике принципы нутритивной и нутриционной поддержки организма в различных состояниях с использованием функциональной и специализированной пищевой продукции	10	Закрытый (задание с выбором одного ответа)	Базовый	1 мин.
11.	ОПК-4	ИДОПК-4.3 Владеет навыками устранения нарушений питания (недостаточного или избыточного) здорового и больного человека	11	Закрытый (задание с выбором одного ответа)	Базовый	1 мин.
12.	ОПК-4	ИДОПК-4.3 Владеет навыками устранения нарушений питания (недостаточного или избыточного) здорового и больного человека	12	Закрытый (задание с выбором одного ответа)	Базовый	1 мин.
13.	ОПК-4	ИДОПК-4.3 Владеет навыками устранения нарушений питания (недостаточного или избыточного) здорового и больного человека	13	Закрытый (задание с выбором одного ответа)	Базовый	1 мин.

14.	ОПК-4	ИДОПК-4.3 Владеет навыками устранения нарушений питания (недостаточного или избыточного) здорового и больного человека	14	Закрытый (задание с выбором одного ответа)	Базовый	1 мин.
15.	ОПК-4	ИДОПК-4.1 Знает функции и роль пищевых нутриентов в организме человека	15	Закрытый (задание с выбором одного ответа))	Повышенный	3 мин.
16.	ОПК-4	ИДОПК-4.1 Знает функции и роль пищевых нутриентов в организме человека	16	Открытый(<i>с развернутым ответом</i>)	Повышенный	3 мин.
17.	ОПК-4	ИДОПК-4.1 Знает функции и роль пищевых нутриентов в организме человека	17	Открытый(<i>с развернутым ответом</i>)	Повышенный	3 мин.
18.	ОПК-4	ИДОПК-4.1 Знает функции и роль пищевых нутриентов в организме человека	18	Открытый(<i>с развернутым ответом</i>)	Повышенный	3 мин.
19.	ОПК-4	ИДОПК-4.1 Знает функции и роль пищевых нутриентов в организме человека	19	Открытый(<i>с развернутым ответом</i>)	Повышенный	3 мин.
20.	ОПК-4	ИДОПК-4.1 Умеет применять на практике принципы нутритивной и нутриционной поддержки организма в различных состояниях с использованием функциональной и специализированной пищевой продукции	20	Открытый(<i>с развернутым ответом</i>)	Повышенный	3 мин.
21.	ОПК-4	ИДОПК-4.2 Умеет применять на практике принципы нутритивной и нутриционной поддержки организма в различных	21	Открытый(<i>с развернутым ответом</i>)	Повышенный	3 мин.

		состояниях с использованием функциональной и специализированной пищевой продукции				
22.	ОПК-4	ИДОПК-4.2 Умеет применять на практике принципы нутритивной и нутриционной поддержки организма в различных состояниях с использованием функциональной и специализированной пищевой продукции	22	Закрытый(с выбором одного ответа)	Повышенный	3мин.
23.	ОПК-4	ИДОПК-4.2 Умеет применять на практике принципы нутритивной и нутриционной поддержки организма в различных состояниях с использованием функциональной и специализированной пищевой продукции	23	Открытый(с развернутым ответом)	Повышенный	3мин.
24.	ОПК-4	ИДОПК-4.2 Умеет применять на практике принципы нутритивной и нутриционной поддержки организма в различных состояниях с использованием функциональной и специализированной пищевой продукции	24	Открытый(с развернутым ответом)	Повышенный	3мин.
25.	ОПК-4	ИДОПК-4.3 Владеет навыками устранения нарушений питания (недостаточного или	25	Закрытый(с выбором одного ответа)	Повышенный	3мин.

		избыточного) здорового и больного человека				
26.	ОПК-4	ИДОПК-4.3 Владеет навыками устранения нарушений питания (недостаточного или избыточного) здорового и больного человека	26	Открытый(<i>с развернутым ответом</i>)	Повышенный	3мин.
27.	ОПК-4	ИДОПК-4.3 Владеет навыками устранения нарушений питания (недостаточного или избыточного) здорового и больного человека	27	Закрытый(<i>с выбором одного ответа</i>)	Повышенный	3мин.
28.	ОПК-4	ИДОПК-4.3 Владеет навыками устранения нарушений питания (недостаточного или избыточного) здорового и больного человека	28	Закрытый(<i>с выбором одного ответа</i>)	Повышенный	3мин.
29.	ОПК-4	ИДОПК-4.1 Знает функции и роль пищевых нутриентов в организме человека	29	Открытый(<i>с развернутым ответом</i>)	Высокий	5мин.
30.	ОПК-4	ИДОПК-4.1 Знает функции и роль пищевых нутриентов в организме человека	30	Закрытый(<i>с выбором одного ответа</i>)	Высокий	5мин.
31.	ОПК-4	ИДОПК-4.1 Знает функции и роль пищевых нутриентов в организме человека	31	Закрытый(<i>с выбором одного ответа</i>)	Высокий	5мин.
32.	ОПК-4	ИДОПК-4.1 Знает функции и роль пищевых нутриентов в организме человека	32	Закрытый(<i>с выбором одного ответа</i>)	Высокий	5мин.
33.	ОПК-4	ИДОПК-4.2 Умеет применять на практике принципы нутритивной и	33	Закрытый (<i>на установление последовательности</i>)	Высокий	5мин.

		нутриционной поддержки организма в различных состояниях с использованием функциональной и специализированной пищевой продукции				
34.	ОПК-4	ИДОПК-4.2 Умеет применять на практике принципы нутритивной и нутриционной поддержки организма в различных состояниях с использованием функциональной и специализированной пищевой продукции	34	Закрытый (на установление соответствия)	Высокий	5мин.
35.	ОПК-4	ИДОПК-4.2 Умеет применять на практике принципы нутритивной и нутриционной поддержки организма в различных состояниях с использованием функциональной и специализированной пищевой продукции	35	Закрытый (на установление соответствия)	Высокий	5мин.
36.	ОПК-4	ИДОПК-4.2 Умеет применять на практике принципы нутритивной и нутриционной поддержки организма в различных состояниях с использованием функциональной и специализированной пищевой продукции	36	Закрытый (на установление соответствия)	Высокий	5мин.
37.	ОПК-4	ИДОПК-4.3 Владеет навыками устранения	37	Закрытый (на установление соответствия)	Высокий	5мин.

		нарушений питания (недостаточного или избыточного) здорового и больного человека				
38.	ОПК-4	ИДОПК-4.3 Владеет навыками устранения нарушений питания (недостаточного или избыточного) здорового и больного человека	38	Закрытый (на установление соответствия)	Высокий	5мин.
39.	ОПК-4	ИДОПК-4.3 Владеет навыками устранения нарушений питания (недостаточного или избыточного) здорового и больного человека	39	Закрытый (на установление соответствия)	Высокий	5мин.
40.	ОПК-4	ИДОПК-4.3 Владеет навыками устранения нарушений питания (недостаточного или избыточного) здорового и больного человека	40	Закрытый (на установление соответствия)	Высокий	5мин.

2.1. ПОКАЗАТЕЛИ ОЦЕНИВАНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ

Семестр	Шкала оценивания	
	«не зачтено»	«зачтено»
	знать	
	<p>Студент не способен самостоятельно выделять главные положения в изученном материале дисциплины.</p> <p>Не знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - физиологические основы питания здорового и больного человека, виды питания. Принципы диетического 	<p>Студент самостоятельно выделяет главные положения в изученном материале и способен дать краткую характеристику основным идеям проработанного материала дисциплины.</p> <p>Показывает глубокое понимание следующего материала:</p> <ul style="list-style-type: none"> - физиологические основы питания здорового и больного человека

	<p>питания.</p> <ul style="list-style-type: none"> - функции и роли пищевых нутриентов в организме человека, - подходы к составлению расширенных программ коррекции рационов питания для различных групп населения с учетом современных технологий продуктов питания - не знает практику применения, допускает существенные ошибки 	<p>виды питания. Принципы диетического питания</p> <ul style="list-style-type: none"> - функции и роли пищевых нутриентов в организме человека, - исчерпывающе и последовательно, четко и логично излагает материал, хорошо ориентируется в материале, не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, владеет - подходы к составлению расширенных программ коррекции рационов питания для различных групп населения с учетом современных технологий продуктов питания.
уметь		
	<p>Студент не умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать пищевой статус и составлять индивидуальные (персонифицированные) рационы питания для нутритивной поддержки организма; - допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет самостоятельную работу; - большинство заданий, предусмотренных программой дисциплины, не выполнено 	<p>Студент умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать пищевой статус и составлять индивидуальные (персонифицированные) рационы питания для нутритивной поддержки организма.
владеть		
	<p>Студент не владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - не владеет методами устранения нарушений питания (недостаточного или избыточного) здорового и больного человека; - допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет самостоятельную работу, - большинство предусмотренных программой дисциплины не выполнено 	<p>Студент показывает глубокое и полное владение всем объемом изучаемой дисциплины, владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами устранения нарушений питания (недостаточного или избыточного) здорового и больного человека.

2.2. СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ

Тип задания	Указания по оцениванию	Результат оценивания (баллы, полученные за выполнение задания/характеристика правильности ответа)
-------------	------------------------	---

Задание закрытого типа на установление соответствия	Задание считается верно выполненным, если правильно установлены все соответствия (позиции из одного столбца верно сопоставлены с позициями другого)	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
Задание закрытого типа на установление последовательности	Задание считается верно выполненным, если правильно указана вся последовательность цифр	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
Задание закрытого типа с выбором одного или нескольких вариантов ответа из предложенных	Задание считается верно выполненным, если правильно указана(-ы) цифра(-ы) ответа(-ов)	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
Задание открытого типа с развернутым ответом	Задание считается верно выполненным, если ответ совпадает с эталонным по содержанию и полноте.*	1 балл – верно; 0 баллов – не верно

3.1. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ)

Задание 1.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Значение белков в питании определяется следующими показателями:

1. ухудшают усвоение жиров
2. являются источниками незаменимых аминокислот
3. являются источником вредных веществ
4. провоцируют развитие гнилостной микрофлоры в кишечнике

Ответ: 2

Обоснование: Белки - это сложномолекулярные соединения, состоящие из аминокислот

Задание 2.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Значение жиров в питании заключается в том, что они:

1. являются источником азота
2. являются источниками незаменимых жирных кислот
3. являются источником полезных микроорганизмов
4. выполняют функцию пробиотика

Ответ: 2

Обоснование: Жиры – это сложномолекулярные соединения, состоящие из жирных кислот

Задание 3.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Биодоступность железа зависит от источника и типа соединения. Наиболее доступной является:

1. «негемовое» железо в двухвалентной форме
2. «гемовое» железо
3. «негемовое» железо в трехвалентной форме
4. фармацевтические препараты железа

Ответ: 2

Обоснование: Источником «гемового» железа являются миоглобин и гемоглобин. Железо в связке с этими белками усваивается лучше всего.

Задание 4.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Какие из перечисленных жирных кислот относятся к Омега - 9:

1. пропионовая
2. олеиновая
3. пальмитиновая
4. пальмитолеиновая

Ответ: 2

Обоснование: первая двойная связь (ненасыщенная) образуется на 9 атоме углерода с конца молекулы

Задание 5.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Для максимального обеспечения детского организма витаминами при подборе холодных закусок рекомендуются:

1. закуски из мяса
2. сырые овощи и фрукты
3. закуски из рыбы
4. бутерброды

Ответ: 2

Обоснование: наиболее богатым источником витаминов являются овощи и фрукты в сыром виде

Задание 6.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Какое количество соли разрешено потреблять в день при назначении диеты №7/10:

1. 5-10 г
2. 2-4 г
3. 10-15 г
4. не ограничено

Ответ: 2

Обоснование: пищу готовят без соли. Больному выдают 3-4 г в день для подсаливания блюд на выбор

Задание 7.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Ограничение каких пищевых веществ показано при диете №8:

1. витаминов и минеральных соединений
2. жиров и углеводов
3. белков и жиров
4. белков и витаминов

Ответ: 2

Обоснование: Диета № 8 показана при ожирении с ограничением жиров и углеводов

Задание 8.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Какие блюда и продукты исключаются из рациона при назначении диеты № 1

1. супы на слизистых отварах
2. прозрачные бульоны
3. мед
4. пюре

Ответ: 2

Обоснование: Прозрачные бульоны богаты экстрактивными веществами, которые провоцируют раздражение стенок ЖКТ. Диета №1 предполагает химическое щажение.

Задание 9.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

С точки зрения термического щажения, какой должна быть температура горячих блюд?

1. 50⁰ С
2. 60⁰ С
3. 75⁰ С
4. 85⁰ С

Ответ: 2

Обоснование: Физиологически обоснована температура подачи горячих блюд не выше 60⁰ С и не ниже 55⁰С, что связано с температурой застывания жиров.

Задание 10.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

С точки зрения термического щажения, какой должна быть температура холодных блюд?

1. 18⁰ С
2. 15⁰ С
3. 17⁰ С
4. 25⁰ С

Ответ: 2

Обоснование: Физиологически обоснована температура подачи холодных блюд не выше 15⁰ С, что связано с микробиологическими, физико-химическими и органолептическими показателями качества блюд.

Задание 11.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Какие механизмы щажения применяются в диетическом питании:

1. физиологический, химический, термический
2. механический, химический, термический
3. микробиологический, механический, химический
4. комбинированный

Ответ: 2

Обоснование: Физиологически обоснованы механический, химический, термический механизмы щажения, что связано с обеспечением адекватного режима питания.

Задание 12.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Потери йода при различных видах технологической обработки:

1. незначительны
2. значительны (от 25 до 80 %)
3. неизвестны
4. не существенны

Ответ: 2

Обоснование: йод – это летучее соединение, при термической обработке усугубляются эти свойства

Задание 13.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Свойства витамина Е как антиоксиданта состоят в том, что:

1. не взаимодействует со свободными радикалами кислорода и предотвращает окислительные реакции ненасыщенных жиров
2. взаимодействуя со свободными радикалами кислорода, предотвращает окислительные реакции ненасыщенных жиров
3. стабилен при нагревании до 100°C и в присутствии кислот и щелочей
4. не является антиоксидантом

Ответ: 2

Обоснование: витамин Е способен инактивировать свободные радикалы

Задание 14.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Антиокислительное действие токоферолов усиливается:

1. при пониженных температурах
2. в присутствии фосфолипидов, лимонной и аскорбиновой кислот
3. в присутствии углеводов
4. в присутствии белков

Ответ: 2

Обоснование: Антиокислительное действие токоферолов усиливается за счет синергии в присутствии фосфолипидов, лимонной и аскорбиновой кислот.

Задание 15.

Задание открытого типа с ответом

Прочитайте текст и запишите обоснованный ответ

Белок, аминокислотный состав которого сбалансирован и идеально соответствует потребностям организма человека в каждой независимой кислоте, называется _____

Ответ: идеальным

Задание 16.

Задание открытого типа с ответом

Прочитайте текст и запишите обоснованный ответ

Аминокислота, скор которой составляет менее 100 %, называется _____

Ответ: лимитирующей

Задание 17.

Задание открытого типа с ответом

Прочитайте текст и запишите обоснованный ответ

Какие виды тепловой обработки не рекомендуется использовать при химическомщажении _____

Ответ: пассерование и жарка

Задание 18.

Задание открытого типа с ответом

Прочитайте текст и запишите обоснованный ответ

Секреция желудочного сока снижается при длительном употреблении _____

Ответ: углеводной пищи

Задание 19.

Задание открытого типа с ответом

Прочитайте текст и запишите обоснованный ответ

Разница между количеством азота, поступающего с пищей, и количеством выделяемого азота - это _____

Ответ: азотистый баланс

Задание 20.

Задание открытого типа с ответом

Прочитайте текст и запишите обоснованный ответ

Степень задержки азота пищи в теле растущего организма или эффективность его утилизации для поддержания азотистого равновесия у взрослых, зависящая от аминокислотного состава и структурных особенностей белков называется _____

Ответ: биологической ценностью белка

Задание 21.

Задание открытого типа с ответом

Прочитайте текст и запишите обоснованный ответ

Аминокислоты, которые не могут синтезироваться в организме и должны поступать с пищей, называются _____

Ответ: незаменимыми

Задание 22.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Жиры должны обеспечивать:

1. не более 15--20% общей калорийности рациона
2. не более 30-33% общей калорийности рациона
3. не более 30-40% общей калорийности рациона
4. не более 5-7% общей калорийности рациона

Ответ: 2

Обоснование: Жиры – самый калорийный источник пищи, дает 9 ккал (38 кДж) энергии

Задание 23.

Задание открытого типа с ответом

Прочитайте текст и запишите обоснованный ответ

Главным источником энергии для человеческого организма, необходимой для жизнедеятельности всех клеток, тканей и органов, особенно мозга, сердца, мышц являются _____

Ответ: углеводы

Задание 24.

Задание открытого типа с ответом

Прочитайте текст и запишите обоснованный ответ

Главными усваиваемыми углеводами в питании человека являются

Ответ: крахмал и сахароза

Задание 25.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Ежедневное потребление сахара не должно превышать:

1. 70 г
2. 50 г
3. 100 г
4. 120 г

Ответ: 2

Обоснование: Согласно рекомендациям Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), дневная норма потребления добавленного сахара для здорового человека не должна превышать 50 грамм (около 10 чайных ложек).

Задание 26.

Задание открытого типа с ответом

Прочитайте текст и запишите обоснованный ответ

Патологический процесс, сопровождающийся избытком свободных радикалов и недостатком антиоксидантов в организме, перекисным окислением липидов мембран, белков, углеводов, нуклеиновых кислот и других макромолекул клетки, являющийся основной причиной преждевременного старения и развития многих заболеваний называется

Ответ: оксидантным (оксидативным) или окислительным стрессом

Задание 27.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Специфические области физиологического воздействия пищевых волокон способствуют:

1. риску образования кариеса
2. улучшению состояния кишечной флоры
3. уменьшению массы стула
4. увеличению энергетической ценности рациона

Ответ: 2

Обоснование: Пищевые волокна – субстрат для питания микробиоты

Задание 28.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Полиненасыщенные омега-3- жирные кислоты способствуют:

1. риску появления ожирения
2. предотвращению агрегации кровяных тел и образованию тромбов, снятию воспалительных процессов
3. ухудшению течения псориаза
4. увеличению риска сахарного диабета

Ответ: 2

Обоснование: омега-3- жирные кислоты осуществляет синтез различных медиаторов, регулирующих реакцию между сосудистой стенкой и кровью для сохранения гемостатического гомеостаза; уменьшают предрасположенность к тромбообразованию в результате уменьшения агрегационной реактивности тромбоцитов, подавления адгезии моноцитов к эндотелию, снижению экспрессии VCAM-1, TLAM-1, ICAM-1; снижают активность хронического неспецифического воспаления, что проявляется уменьшением содержания в крови фактора некроза опухоли (ФНО), интерлейкинов-1 и -6 (ИЛ-1, ИЛ-6), НК- γ F, увеличением образования провоспалительных эйкозаноидов.

Задание 29.

Задание открытого типа с ответом

Прочитайте текст и запишите обоснованный ответ

Препараты и продукты питания, в состав которых входят вещества микробного и немикробного происхождения, оказывающие при естественном способе введения (с пищей) благоприятные эффекты на физиологические функции и биохимические реакции организма человека через оптимизацию его микроэкологического статуса называют

Ответ: пробиотиками

Задание 30.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Источниками каротиноидов являются следующие продукты питания:

1. сыр, мясные продукты
2. фрукты и овощи, яйца, цитрусовые, кукуруза
3. жиры рыб холодных морей
4. чай, кофе

Ответ: 2

Обоснование: Фрукты и овощи, яйца, цитрусовые, кукуруза богаты β -каротинном, зеаксантином, ликопином, тетратерпенами и т.д. Отдельные овощные культуры характеризуются особыми механизмами биосинтеза каротиноидов, синтезируя строго специфические формы.

Задание 31.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Каротиноиды оказывают следующие положительные эффекты на организм:

1. гипохолестеринемическое действие путем снижения всасывания холестерина
2. нейтрализация свободных радикалов
3. улучшение состояния в период менопаузы
4. улучшение функции мочевыводящих путей

Ответ: 2

Обоснование: Каротиноиды – известный антиоксидант. Функции каротиноидов в антиоксидантной программе сводятся именно к буферному, превентивному участию, защите всех без исключения клеток в организме от разрушительной активности свободных радикалов.

Задание 32.

Задание с выбором ответа

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Источниками флавоноидов являются следующие продукты питания:

1. сыр, мясные продукты
2. фрукты, включая цитрусовые и овощи, чай
3. жиры рыб холодных морей
4. кукурузное, соевое, пшеничное, хлопковое масла

Ответ: 2

Обоснование: Флавоноиды известны как растительные пигменты

Задание 33.

Задание на установление последовательности

Прочитайте текст и установите последовательность.

Дайте классификацию углеводов пищи по величине гликемического индекса от более низкого к более высокому:

- 1.Базилик 5
- 2.Кабачок 15
- 3.Кускус 70
- 3.Арбуз - 75

Ответ: 1234

Задание 34.

Задание на установление соответствия

Прочитайте текст и установите соответствие.

Установите соответствие потребности в основных пищевых веществах при силовых нагрузках у спортсменов?

1	1,5 г / кг	А	углеводы
2	7-10 г /г	Б	белки

Ответ: 1Б2А

Задание 35.

Задание на установление соответствия

Прочитайте текст и установите соответствие.

Установите соответствие номеров диет их назначению

	№ Диеты		Назначается
1	Основной вариант стандартной диеты Диета 1	А	при гастрите с секреторной недостаточностью
2	Основной вариант стандартной диеты Диета 2	Б	при гипомоторной дискинезии толстой кишки с синдромом запоров
3	Основной вариант стандартной диеты Диета 3	В	больным язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки, при остром хроническом гастрите или при обострении его.
4	Вариант диеты с механическим и химическим щажением Диета 4	Г	для лечения острых воспалительных заболеваний тонкой и

			толстой кишки, сопровождающихся нарушением переваривания и всасывания пищи, неустойчивым стулом с предрасположенностью к поносам.
--	--	--	---

Ответ: 1В2А3Б4Г

Задание 36.

Задание на установление соответствия

Прочитайте текст и установите соответствие.

Установите соответствие номеров диет их назначению

	№ Диеты		Назначается
1	Основной вариант стандартной диеты Диета 5	А	при подагре, мочекишлом диатезе, мочекаменной болезни (уратные камни)
2	Основной вариант стандартной диеты Диета 6	Б	при заболеваниях почек
3	Основной вариант стандартной диеты Диета 7	В	для коррекции веса при избыточной массе тела и ожирении
4	Вариант диеты с пониженной калорийностью Диета 8	Г	при заболеваниях печени, желчевыводящих путей и поджелудочной железы

Ответ: 1Г2А3Б4В

Задание 37.

Задание на установление соответствия

Прочитайте текст и установите соответствие.

Установите соответствие номеров диет их назначению

	№ Диеты		Назначается
1	Основной вариант стандартной диеты Диета 9	А	при заболеваниях сердца и сосудов для улучшения функционального состояния сердечно-сосудистой системы, коррекции нарушенных обменных процессов, в том числе водно-электролитного обмена
2	Основной вариант стандартной диеты Диета 10	Б	при сахарном диабете для коррекции нарушенного углеводного, липидного, белкового обмена, профилактики повреждений, сопутствующих этому заболеванию
3	Вариант диеты с повышенным со-	В	при фосфатурии и мочекамен-

	держанием белка Диета 11		ной болезни с образованием фосфорно-кальциевых камней для восстановления кислой реакции мочи, выведения фосфорно-кальциевых солей, предотвращения камнеобразования
4	Основной вариант стандартной диеты Диета 14	Г	при туберкулезе, хронических нагноительных процессах, в период восстановления после инфекционных болезней, травм с целью повысить защитные силы организма, активизировать восстановительные процессы в пораженных органах

Ответ: 1Б2А3Г4В

Задание 38.

Задание на установление соответствия

Прочитайте текст и установите соответствие.

Установите соответствие номеров диет их рекомендациям по исключению продуктов и блюд

	№ Диеты		Исключаются
1	Основной вариант стандартной диеты Диета 9	А	продукты и вещества, возбуждающие центральную нервную систему (кофеинсодержащие, экстрактивные). Ограничивается поступление химических и механических раздражителей печени и желудочно-кишечного тракта. Увеличивается содержание в рационе калия, магния, продуктов, оказывающих ощелачивающее действие (молоко, фрукты, овощи). Пища подается в отварном и протертом виде. Первые блюда исключаются. Поваренная соль не добавляется. Не допускаются слишком холодные и горячие блюда.
2	Основной вариант стандартной диеты Диета 10	Б	молоко и молочные продукты, овощи, фрукты, ягоды (кроме яблоки кислых сортов, клюква, брусника)
3	Основной вариант стандартной диеты	В	мясные, рыбные, грибные бу-

	ты Диета 1		льоны, закуски, соусы, специи, овощи и блюда из овощей, кисло-молочные напитки, сыр, сметана, кондитерские изделия, фрукты и ягоды в сыром виде, кофе, какао, газированные напитки, хлеб, хлебобулочные изделия
4	Основной вариант стандартной диеты Диета 14	Г	сахар, сладости, кондитерские изделия, мороженое, варенье, джемы, шоколад, макаронные и мучные изделия, рис, манная крупа, сладкие фрукты, экстрактивные вещества, тугоплавкие жиры, внутренние органы животных (субпродукты), икра, острые, соленые закуски

Ответ: 1Г2А3В4Б

Задание 39.

Задание на установление соответствия

Прочитайте текст и установите соответствие.

Установите соответствие названий биологически активных веществ их определению

	Название		Определение
1	Нутрицевтики	А	незаменимые пищевые вещества или их близкие предшественники (например, бета-каротин и другие каротиноиды, омега-3 и другие полиненасыщенные жирные кислоты, некоторые микроэлементы — селен, железо, фтор, цинк, йод, макроэлементы — кальций и магний, отдельные незаменимые аминокислоты и их комплексы, некоторые моно- и дисахариды, пищевые волокна и т. д.)
2	Парафармацевтики	Б	продукты, содержащие органические кислоты, биофлавоноиды, дубильные, фенольные соединения, гликозиды, кофеин, биогенные амины, органические кислоты и другие так называемые натуропродукты.

Ответ: 1А2Б

Задание 40.**Задание на установление соответствия**

Прочитайте текст и установите соответствие.

Соотнесите воздействие БАД и фармакологических препаратов

1	БАД	А	Регуляция очень широкого спектра био-химических реакций и физиологических функций. Специфическое действие всегда сопровождается неспецифическими эффектами, благоприятными для здоровья
2	БАД	Б	Строго избирательное и узко специфическое действие. Неспецифические эффекты чаще всего проявляются токсическими или побочными реакциями.
3	Фармакологические препараты	В	Лечебный эффект реализуется через физиологические механизмы.
4	Фармакологические препараты	Г	Эффект быстрый, но кратковременный (часто ценой токсических или побочных реакций)

Ответ: 1А2В3Б4Г

3.2. КЛЮЧИ К ОЦЕНИВАНИЮ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ

№ задания	Верный ответ	Критерии
1	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
2	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
3	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
4	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
5	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
6	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
7	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
8	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно

9	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
10	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
11	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
12	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
13	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
14	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
15	идеальным	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
16	лимитирующей	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
17	пассерование и жарка	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
18	углеводной пищи	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
19	азотистый баланс	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
20	биологической ценностью белка	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
21	незаменимыми	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
22	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
23	углеводы	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
24	крахмал и сахароза	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
25	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
26	оксидантным (оксидативным) или окислительным стрессом	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
27	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
28	предотвращению агрегации кровяных тел и образованию тромбов, снятию воспалительных процессов	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
29	пробиотиками	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
30	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
31	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
32	2	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
33	1234	1 балл – верно; 0 баллов – не верно

34	1Б2А	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
35	1В2А3Б4Г	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
36	1Г2А3Б4В	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
37	1Б2А3Г4В	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
38	1Г2А3В4Б	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
39	1А2Б	1 балл – верно; 0 баллов – не верно
40	1А2В3Б4Г	1 балл – верно; 0 баллов – не верно

3.3. ПЕРЕЧЕНЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ И ОБОРУДОВАНИЯ, НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОЦЕНКИ КОМПЕТЕНЦИЙ

Примеры ситуационных задач

Содержание ситуационных задач по дисциплине «Нутрициология в формировании здоровья населения»:

Вариант 1.

В пищеблоке лечебного учреждения сменилось руководство. Новое руководство дало задание диетсестре и врачу-диетологу совместно с заведующим производством разработать однодневный рацион для основной стандартной диеты №1.

Вариант 2.

В пищеблоке лечебного учреждения сменилось руководство. Новое руководство дало задание диетсестре и врачу-диетологу совместно с заведующим производством разработать однодневный рацион для основной стандартной диеты № 5.

Вариант 3.

В столовой НИИ кардиологии в результате модернизации и смены поставщиков сырья и продуктов требуется разработать новое меню. Разработайте однодневный рацион для основной стандартной диеты №7/10.

Вариант 4.

Планируется строительство новой диетической столовой в городе Саратове. По условиям проекта в столовой обязательным является наличие диетического стола для диеты №8. Разработайте однодневный рацион для основной стандартной диеты №8.

Вариант 5.

Планируется строительство новой диетической столовой в городе Саратове. По условиям проекта в столовой обязательным является наличие диетического стола для диеты №9. Разработайте однодневный рацион для основной стандартной диеты №9.

Вариант 6.

В санатории - профилактории проектируется новая столовая. Перед инженером-технологом и диетологом стоит задача разработать новое меню. Разработайте однодневный рацион для основной стандартной диеты №15.

Вариант 7.

Для столовой транспортного предприятия, которое занимается перевозкой радиоактивных веществ, необходимо разработать однодневный рацион для работающих в условиях воздействия ионизирующего излучения.

Вариант 8.

В городе Саратове планируется строительство завода по производству акриламида. Для столовой данного предприятия необходимо разработать однодневный рацион для работающих с аллергенами химической природы.

Вариант 9.

В результате реконструкции и модернизации школьной столовой появилась необходимость разработать однодневный рацион для школьников (7-11 лет).

Вариант 10.

В православный детский оздоровительный лагерь, восстановленный на деньги благотворителей поставили комплект нового оборудования, включая пароконвектомат. Разработайте однодневный рацион для школьников (11-17 лет).

Вариант 11.

В селе Красный Яр построили новый детский сад на 100 воспитанников с большим пищеблоком. Разработайте однодневный рацион для воспитанников МДОУ.

Вариант 12.

В санаторий-профилакторий поступил больной, которому показана противорадиационная диета. Составьте однодневный рацион для работающих в условиях воздействия ионизирующего излучения.

Вариант 13.

Мужчина 25 лет занимается силовым видом спорта. Ему необходимо интенсивное наращивание мышечной массы. Составьте однодневный вариант диеты с высоким содержанием белка и повышенной калорийностью

Примеры вопросов рубежного контроля (при собеседовании)

1. Какова потребность в питательных веществах в зависимости от различных состояний организма человека?
2. Характеристика основных принципов составления диеты?
3. Дайте характеристику системе стандартных диет.
4. Дать характеристику основной стандартной диете. Принципы технологии и разработки рационов.
5. Дать характеристику щадящей диете. Принципы технологии и разработки рационов.
6. Дать характеристику высокобелковой диете. Принципы технологии и разработки рационов.
7. Дать характеристику низкобелковой диете. Принципы технологии и разработки рационов.
8. Дать характеристику низкокалорийной диете. Принципы технологии и разработки рационов.
9. Дать характеристику профилактическому питанию. Принципы технологии и разработки рационов.
10. Особенности приготовления блюд для нестандартных диет.

Примеры вопросов для самостоятельного изучения

1. Особенности организма после хирургического воздействия. Принципы разработки хирургической диеты.
2. Принципы разработки разгрузочных диет.
3. Принципы разработки специальных рационов (диета калиевая, магниевая, зондовая, вегетарианская и др.).