

Študijný program: *Výživa Ľudí*

Predmet: *Manažment výživy Ľudí I.*

---

1. Funkcia krvi a fyziológia krvného obehu človeka.
2. Anatómia a fyziológia dýchacej sústavy.
3. Význam tráviacej sústavy vo výžive.
4. Vylučovacia sústava a regulácia vody v tele.
5. Kardiovaskulárny systém.
6. Hormonálne a enzymatické vplyvy na trávenie základných zložiek výživy.
7. Biosyntéza, metabolizmus a význam nukleoproteidov a konečné produkty ich metabolizmu.
8. Význam a procesy vzniku amoniaku v organizme, proces jeho detoxikácie a význam pre zdravie.
9. Rozdelenie a metabolizmus (biosyntéza a degradácia) aminokyselín a ich úloha v organizme.
10. Tvorba, zloženie, rozdelenie a funkcie lipoproteínov v organizme.
11. Vitamíny, biochemické funkcie a ich antivitamíny v potrave.
12. Úloha pečene v metabolizme sacharidov, tukov a bielkovín a ich vzájomné súvislosti.
13. Bielkoviny (zloženie, biologická hodnota, funkcie)
14. Tuky (zdroje, zloženie, funkcie), cholesterol a ich význam vo výžive.
15. Sacharidy vo výžive (potreba, denná skladba, rozdelenie, význam, zdroje), vláknina vo výžive (význam, zdroje, potreba).
16. Mikroživiny a antioxidanty.
17. Základné pojmy vo výžive, história výživy.
18. Zásady správnej výživy, modely zdravej výživy.
19. Hodnotenie stavu výživy.
20. Regulácia príjmu potravy.
21. Energetická bilancia vo výžive.
22. Odporúčané výživové dávky na Slovensku.
23. Využitie nutričných softvérov v praxi.
24. Základné technologické úkony a postupy pri príprave pokrmov.
25. Zmeny hmotnosti a straty živín v potravinách počas ich technologickej úpravy, možnosti minimalizácie.
26. Vplyv tepelných procesov na kvalitu tukov a vitamínov a dopad na zdravie.
27. Vplyv tepelných procesov na bielkoviny a sacharidy.
28. Mäso a jeho využitie pri príprave pokrmov (kvalita mäsa, rozdelenie a použitie pri príprave pokrmov).
29. Bezmäsité jedlá a suroviny na ich prípravu.
30. Charakteristika medzinárodných gastronómií.