

Учебный план программы профессиональной переподготовки

«Прикладная нутрициология»

Присваиваемая квалификация: «Интегративный нутрициолог»

Автор-разработчик: Неженская Анна Вячеславовна — практикующий врач, нутрициолог. Окончила Медицинский институт БФУ им. И. Канта по специальности «Лечебное дело», Institute for Integrative Nutrition (IIN, New York), Международный институт интегративной нутрициологии (МИИН) по специализации «Детская нутрициология», Стэнфордский университет по программе «Детская нутрициология». Имеет более 5 лет практики в интегративной нутрициологии и более 18 000 часов индивидуальной работы с клиентами.

Трудоемкость программы: 254 академических часа

Формат реализации программы: модульный

№ п/п	Наименование модулей, разделов и дисциплин	Всего часов
1	Модуль 1. Введение в интегративную нутрициологию	9
1.1	Принципы превентивной медицины. Доказательная и превентивная медицина	3
1.2	Области применения нутрициологии и ограничения. Взаимодействие с врачами	1
1.3	Основы работы с клиентом: проведение первичной консультации. Клиническое мышление и диагностика как основа работы нутрициолога.	2
1.4	Профессиональное развитие нутрициолога. Инструменты и методы работы нутрициолога	3

№ п/п	Наименование модулей, разделов и дисциплин	Всего часов
2	Модуль 2. Анатомия. Питание. Заболевания	129
2.1	Основные элементы питания	2
2.2	Биохимия пищеварения и метаболизма	7
2.3	Взаимосвязь между питанием и здоровьем человека	2
2.4	Анатомия и физиология пищеварительной системы в норме	8
2.5	Нарушение работы пищеварительной системы и как это влияет на здоровье человека	4
2.6	Заболевания органов ЖКТ, их симптомы и диагностика	12
2.7	Анатомия и физиология нервной системы в норме	2
2.8	Влияние нервной регуляции на пищеварение, усвоение нутриентов и здоровье человека	2
2.9	Заболевания нервной системы, их симптомы и диагностика	6
2.10	Анатомия эндокринной системы в норме	4
2.11	Влияние питания на эндокринную систему	2
2.12	Заболевания эндокринной системы, их симптомы и диагностика	8

№ п/п	Наименование модулей, разделов и дисциплин	Всего часов
2.13	Анатомия кожных покровов и придатков кожи в норме	4
2.14	Взаимосвязь между дефицитами в питании и кожными заболеваниями	2
2.15	Заболевания кожи, их симптомы и диагностика	8
2.16	Анатомия и физиология иммунной и лимфатической систем в норме	2
2.17	Влияние питания на иммунитет и лимфатическую систему	2
2.18	Заболевания иммунной и лимфатической систем, их симптомы и диагностика	8
2.19	Анатомия и физиология системы кроветворения в норме	4
2.20	Влияние питания на кроветворение	2
2.21	Заболевания системы кроветворения, их симптомы и диагностика	8
2.22	Практикум 1. Комплексная диагностика клиента: сбор анамнеза и формирование гипотез (учебный кейс)	10
2.23	Практикум 2. Комплексная диагностика клиента: назначение и интерпретация анализов, проверка гипотез (учебный кейс)	10
2.24	Практикум 3. Комплексная диагностика клиента (свой кейс)	10

№ п/п	Наименование модулей, разделов и дисциплин	Всего часов
3	Модуль 3. Витамины и их дефицит.	44
3.1	Состав и пищевая ценность продуктов	6
3.2	Витамины: формы, взаимодействие, роль для человека	6
3.3	Минералы	8
3.4	Дефициты микро- и макро-элементов, их влияние на организм, симптомы	7
3.5	Анализ рациона питания, методы и инструменты	4
3.6	Практикум 4: анализ рациона питания (свой кейс)	6
3.7	Практикум 5: анализ состава и пищевой ценности продуктов (свой кейс)	7
4	Модуль 4. Принципы правильного питания	53
4.1	Принципы правильного питания	3
4.2	Базовые методы составления рациона	3
4.3	Обзор диет и систем питания. Мифы о питании	4
4.4.	Эпи-палео, палео протокол, DASH диета, Средиземноморская диета	3

№ п/п	Наименование модулей, разделов и дисциплин	Всего часов
4.5	Fodmap, GAPS диета	4
4.6	АИП протокол	2
4.7	Практикум: составление рациона питания на 3 дня по АИП протоколу (учебный кейс)	6
4.8	LSHF протокол, Кето диета	2
4.9	Практикум: составление рациона питания на 3 дня по LSHF протоколу (учебный кейс)	6
4.10	БГБСБК, Элиминационная система	2
4.11	Практикум: составление рациона питания на 3 дня по БГБСБК	6
4.12	Практикум: составление индивидуального рациона питания на 2 недели (свой кейс)	12
5.	Модуль 6. Коучинговый подход в работе интегративного нутрициолога (углубленный уровень)	34
5.1	Психология пищевого поведения	4
5.2	Методы коучинга в работе нутрициолога	2
5.3	Установление контакта, контракт	2
5.4	Практикум 10: первая встреча с клиентом (реальный кейс)	6

№ п/п	Наименование модулей, разделов и дисциплин	Всего часов
5.5	Выявление мотивации	2
5.6	Практикум 11: встреча-обучение с клиентом (реальный кейс)	6
5.7	Поддержание мотивации	2
5.8	Практикум 12: встреча-поддержка мотивации клиента (реальный кейс)	4
5.9	Рефлексия и оценка результатов	2
5.10	Практикум 13: встреча-рефлексия с клиентом (реальный кейс)	4
6	Модуль 7. План профессионального развития нутрициолога	16
6.1	Рефлексия по итогам курса	4
6.2	Оценка навыков нутрициолога	4
6.3	План профессионального развития	8
—	ИТОГО:	254