ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПРИДНЕСТРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМ. Т.Г. ШЕВЧЕНКО»

ЕСТЕСТВЕННО-ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ

КАФЕДРА ФИЗИОЛОГИИ И САНОКРЕАТОЛОГИИ

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
физиологии и санокреатологии
проф. _____ Шептицкий В.А.

Протокол № 1 от 31.08.2022 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

«Б1.В.ДВ.02.02 ТРОФОЛОГИЯ»

Направление подготовки:
06.04.01 - «Биология»

Профиль подготовки
«Экология»

Квалификация (степень) выпускника
магистр

Форма обучения
Очно-заочная

ГОД НАБОРА 2022

Разработал:
д.б.н., проф. _____ Шептицкий В.А.

г. Тирасполь, 2022 г.

Паспорт фонда оценочных средств по учебной дисциплине
«Трофология»

1. В результате изучения дисциплины «Трофология» у обучающихся должны быть сформированы следующие компетенции:

Текущая аттестация	Контролируемые модули, разделы (темы) дисциплины и их наименование	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	**Раздел 1**. Введение. Общие механизмы ассимиляции пищевых веществ.	УК-1, ПК-2	Вопросы для промежуточной аттестации; Коллоквиум; Собеседование; Эссе.
2	**Раздел 2**. Основные механизмы передачи пищевых веществ по трофическим цепям.	УК-1, ПК-2	Вопросы для промежуточной аттестации; Коллоквиум; дискуссия, полемика, диспут, дебаты; Реферат; Доклад, сообщение; Собеседование; Тест; Эссе.
3	**Раздел 3.** Биологические эффекты различных нутриентов и развитие диетофармакологии.	УК-1, ПК-2	Вопросы для промежуточной аттестации; Коллоквиум; Дискуссия, полемика, диспут, дебаты; Реферат; Доклад, сообщение; Собеседование; Тест; Эссе.
Промежуточная аттестация	Контролируемые модули, разделы (темы) дисциплины и их наименование	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	**Разделы 1-3.** Введение. Общие механизмы ассимиляции пищевых веществ. Основные механизмы передачи пищевых веществ по трофическим цепям. Биологические эффекты различных нутриентов и развитие диетофармакологии.	УК-1, ПК-2	Вопросы для промежуточной аттестации; Коллоквиум; Собеседование; Эссе.

Перечень оценочных средств

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
1	Коллоквиум	Средство контроля усвоения учебного материала темы, раздела или разделов дисциплины, организованное как учебное занятие в виде собеседованя преподавателя с обучающимися.	Вопросы по темам/разделам дисциплины
2	Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, де-	Оценочные средства, позволяющие включить обучающихся в процесс обсуждения спорного вопроса, проблемы и оценить их умение аргу-	Перечень дискуссионных тем для проведения кругло-

	баты	ментировать собственную точку зрения.	го стола, дискуссии, полемики, диспута, дебатов
3	Реферат	Продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее.	Темы рефератов
4	Доклад, сообщение	Продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-практической, учебноисследовательской или научной темы	Темы докладов, сообщений
5	Собеседование	Средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной и рассчитанные на выяснение объема заданий обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.д.	Вопросы по темам/разделам дисциплины
6	Тест	Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося.	Фонд тестовых заданий
7	Эссе	Средство, позволяющее оценить умение обучающегося письменно излагать суть поставленной проблемы, самостоятельно проводить анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария соответствующей дисциплины, делать выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.	Тематика эссе

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПРИДНЕСТРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. Т.Г. ШЕВЧЕНКО»

ЕСТЕСТВЕННО-ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ФИЗИОЛОГИИ И САНОКРЕАТОЛОГИИ

Вопросы к коллоквиумам по дисциплине «Трофология»

Раздел 1. Введение. Общие механизмы ассимиляции пищевых веществ.

1. Предмет и задачи трофологии.
2. Общность фундаментальных процессов ассимиляции пищи.
3. Универсальность строительных и функциональных блоков на различных уровнях организации биологических систем как условие динамического и трофического единства биосферы.

Раздел 2. Основные механизмы передачи пищевых веществ по трофическим цепям.

1. Биосфера как трофосфера.
2. Аутотрофность человечества.
3. Классическая и естественная классификации организмов на основе трофических процессов.
4. Происхождение и эволюция эндо- и экзотрофии
5. Трофика и происхождение жизни.
6. Циркуляция пищевых веществ по трофическим цепям.
7. Роль трофических процессов и циркуляции веществ в биопроцессах.
8. Взаимоотношения и регуляция трофических связей в биоценозах.

Раздел 3. Биологические эффекты различных нутриентов и развитие диетофармакологии.

1. Потребности различных категорий населения в нутриентах и разработка рекомендаций по оптимизации их питания.
2. Формирование и внедрение культуры питания.
3. Совершенствование и оптимизация профилактического и лечебного питания.

Составитель: _____ Шептицкий В.А..

«31» 08 2022 г.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПРИДНЕСТРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. Т.Г. ШЕВЧЕНКО»

ЕСТЕСТВЕННО-ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ФИЗИОЛОГИИ И САНОКРЕАТОЛОГИИ

Примерный перечень дискуссионных тем для проведения круглого стола, дискуссии, полемики, диспута, дебатов по дисциплине «Трофология»

Круглый стол

«Основные этапы ассимиляции пищи, распределение нутриентов в различных органах и тканях, частях клетки, их физиологическая роль».
«Потребности различных категорий населения в нутриентах и разработка рекомендаций по оптимизации их питания».

Дискуссия

«Значение и роль трофических процессов в эволюции видов».
«Значение и роль трофических процессов в эволюции биоценозов и биосферы в целом».

Полемика

«Популяционные, экологические и эволюционные проблемы трофологии».
«Структура, происхождение и эволюция круговоротов и трофических цепей».

Диспут

«Аутотрофность человечества».
«Классическая и естественная классификации организмов на основе трофических процессов».

Дебаты

«Происхождение и эволюция эндо- и экзотрофии».
«Основные постулаты теории адекватного питания».

Составитель: _____ Шептицкий В.А.

«31» 08 2022 г.

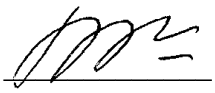
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПРИДНЕСТРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. Т.Г. ШЕВЧЕНКО»

ЕСТЕСТВЕННО-ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ФИЗИОЛОГИИ И САНОКРЕАТОЛОГИИ

Вопросы для промежуточного контроля (экзамена) по дисциплине «Трофология»

1. Общие механизмы ассимиляции пищевых веществ.
2. Популяционные, экологические и эволюционные проблемы трофологии.
3. Биосфера как трофосфера.
4. Аутотрофность человечества.
5. Классическая и естественная классификации организмов на основе трофических процессов.
6. Происхождение и эволюция эндо- и экзотрофии Трофика и происхождение жизни.
7. Механизмы передачи пищевых веществ по трофическим цепям. Циркуляция пищевых веществ по трофическим цепям.
8. Роль трофических процессов и циркуляции веществ в биопроцессах. Взаимоотношения и регуляция трофических связей в биоценозах.
9. Особенности распределения и перераспределения нутриентов в пределах организма и одной клетки.
10. Основные этапы ассимиляции пищи, распределение нутриентов в различных органах и тканях, частях клетки, их физиологическая роль.
11. Значение и роль трофических процессов в эволюции видов, биоценозов и биосферы в целом.
12. Физиологические эффекты различных нутриентов и развитие диетофармакологии.
13. Потребности различных категорий населения в нутриентах и разработка рекомендаций по оптимизации их питания.
14. Формирование и внедрение культуры питания.
15. Совершенствование и оптимизация профилактического и лечебного питания.
16. Современные представления о продуктах функционального питания.
17. Классическая теория сбалансированного питания.
18. Основные постулаты теории сбалансированного питания.
19. Питание и законы сохранения постоянства молекулярного состава организма.
20. Теория адекватного питания и наука трофология.
21. Основные постулаты теории адекватного питания. Основные потоки пищевых веществ из пищеварительной системы.
22. Пищевые волокна. Эндоэкология.
23. Элементные диеты и две теории питания. Парентеральное питание. Защитные системы желудочно-кишечного тракта.
24. Рациональное питание. Оптимизация питания.
25. Питание и продолжительность жизни. О культуре питания.
26. Об идеальной пище и идеальном питании.

27. Проблема питания и эволюция человека.
28. Идеальная пища, идеальное питание и две теории питания.
29. Разработка новых технологий производства и хранения пищевых продуктов и приготовления пищи.
30. Кишечная гормональная система и трофика организма.
31. Специфическое динамическое действие пищи и объясняющие его теории.
32. Теории регуляции потребления пищи. Регуляция аппетита.
33. Специализированные аппетиты. Аппетит и кишечная гормональная система.
34. Потребности различных категорий населения в нутриентах и разработка рекомендаций по оптимизации их питания.

Составитель:  Шептицкий В.А.

«31» 08 2022 г.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПРИДНЕСТРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. Т.Г. ШЕВЧЕНКО»

ЕСТЕСТВЕННО-ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ФИЗИОЛОГИИ И САНОКРЕАТОЛОГИИ

Примерный перечень тем рефератов/докладов/сообщений по дисциплине «Трофология»

- Общие механизмы ассимиляции пищевых веществ.
- Популяционные, экологические и эволюционные проблемы трофологии.
- Биосфера как трофосфера.
- Аутотрофность человечества.
- Классическая и естественная классификации организмов на основе трофических процессов.
- Происхождение и эволюция эндо- и экзотрофии Трофика и происхождение жизни.
- Механизмы передачи пищевых веществ по трофическим цепям. Циркуляция пищевых веществ по трофическим цепям.
- Роль трофических процессов и циркуляции веществ в биопроцессах. Взаимоотношения и регуляция трофических связей в биоценозах.
- Особенности распределения и перераспределения нутриентов в пределах организма и одной клетки.
- Основные этапы ассимиляции пищи, распределение нутриентов в различных органах и тканях, частях клетки, их физиологическая роль.
- Значение и роль трофических процессов в эволюции видов, биоценозов и биосферы в целом.
- Физиологические эффекты различных нутриентов и развитие диетофармакологии.
- Потребности различных категорий населения в нутриентах и разработка рекомендаций по оптимизации их питания.
- Формирование и внедрение культуры питания.
- Совершенствование и оптимизация профилактического и лечебного питания.
- Современные представления о продуктах функционального питания.

Составитель: _____ Шептицкий В.А.

«31» 08 2022 г.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПРИДНЕСТРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. Т.Г. ШЕВЧЕНКО»

ЕСТЕСТВЕННО-ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ФИЗИОЛОГИИ И САНОКРЕАТОЛОГИИ

Вопросы для собеседования по дисциплине «Трофология»

Раздел 1. Введение. Общие механизмы ассимиляции пищевых веществ.

1. Основные понятия эволюционной физиологии.
2. Уровни организации жизни.
3. Общие закономерности ассимиляции жизненно необходимых пищевых веществ на всех уровнях организации биологических систем — от уровня клетки, органа, организма до популяций, биоценозов и биосферы в целом, как предмет трофологии.
4. Взаимосвязь трофологии с гастроэнтерологией, трофикой клеток и тканей, наукой о питании и в том числе диететикой, иммунологией, микробиологией, экологией, ассимиляторными аспектами биологических и медицинских, а также химических и технологических наук, определенными научными проблемами сельского хозяйства, многими пограничными проблемами (например, физиологии аппетита, трофическими функциями нервной системы и гормонов и т.д.) и др.

Раздел 2. Основные механизмы передачи пищевых веществ по трофическим цепям.

1. Механизмы ассимиляции пищевых веществ.
2. Механизмы распределения и перераспределения пищевых веществ в пределах организма и одной клетки.
3. Взаимоотношения и регуляция трофических связей в биоценозах.
4. Механизмы передачи пищевых веществ вдоль трофических цепей.
5. Роль трофических процессов в циркуляции веществ в биоценозах и биосфере, трофические аспекты эволюции видов, биоценозов и биосферы в целом, проблемы трофики в загадке происхождения жизни, как основные теоретические проблемы науки трофологии.
6. Проблемы идеальной пищи и оптимального (или рационального) питания в реальных условиях.
7. Разработка новых критериев для технологий, связанных с производством и хранением пищи.

8. Защита и сохранение естественных трофических экосистем на основе трофологического анализа.

9. Согласование естественных и производственных пищевых технологий;

10. Особенности управления трофическими циклами в отдельных биоценозах и биосфере в целом как для защиты природы, так и для повышения пищевой продуктивности естественных и искусственных систем; создание эффективных и рациональных трофических связей в экосистемах, в микробиосферах и других системах.

Раздел 3. Биологические эффекты различных нутриентов и развитие диетофармакологии.

1. Методические подходы, на которых базируется трофология, включающие в себя биологические, химические, физические, математические и др., специфические подходы науки трофологии.

2. Специфика экологического и трофологического подходов.

3. Потребности различных категорий населения в нутриентах и разработка рекомендаций по оптимизации их питания. Формирование и внедрение культуры питания.

4. Совершенствование и оптимизация профилактического и лечебного питания. Функциональное питание.

Составитель: _____ Шептицкий В.А.

«31» 08 2022 г.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПРИДНЕСТРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. Т.Г. ШЕВЧЕНКО»

ЕСТЕСТВЕННО-ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ФИЗИОЛОГИИ И САНОКРЕАТОЛОГИИ

Тестовые задания по дисциплине «Трофология»

1.Трофология – это
1) наука о пище и питании, о продуктах питания, о пищевых веществах и других компонентах, содержащихся в этих продуктах, об их действии и взаимодействии, об их потреблении, усвоении, расходовании и выведении из организма, об их роли в поддержании здоровья или возникновении заболеваний;
2) наука о пище и питании;
3) наука о нутриентах, об их потреблении, усвоении, расходовании и выведении из организма.

2. Питание - это
1) процесс восстановления энергетических затрат организма;
2) процесс потребления пищевых веществ;
3) процесс поступления, переваривания, всасывания и усвоения в организме пищевых веществ, необходимых для покрытия его энергетических затрат, построения и обновления тканей, поддержания репродуктивной способности, обеспечения и регуляции функций организма.

3. Нутриенты - это
1) это органические и неорганические вещества, входящие в состав продуктов;
2) это те объекты окружающей природы и продукты их переработки, которые могут быть использованы человеком для питания, в качестве источников энергии и "строительных" веществ;
3) это употребляемые человеком в пищу продукты в натуральном или переработанном виде.

4. Какие вещества относят к макронутриентам
1) это пищевые вещества, нужные организму в количествах, измеряемых в мкг;
2) это основные пищевые вещества - белки, жиры, углеводы, которые при окислении дают организму энергию, необходимую для выполнения всех его функций;
3) это пищевые вещества, которые человек потребляет в большом количестве.

5. Что такое микронутриенты?
1) это пищевые вещества, нужные организму в количествах, измеряемых в мкг;
2) это пищевые вещества, нужные организму в количествах, измеряемых в г;
3) это основные пищевые вещества - белки, жиры, углеводы.

6. Эссенциальные питательные вещества - это
1) жизненно необходимые, незаменимые нутриенты, поступающие в организм только с пищей;
2) питательные вещества, поступающие в организм с пищей;
3) вещества, которые могут быть синтезированы в самом организме с помощью бактериальной микрофлоры (нормофлоры) кишечника.

7. Заменимые нутриенты - это
1) жизненно необходимые нутриенты, поступающие в организм только с пищей;
2) все питательные вещества, поступающие в организм с пищей;
3) вещества, которые могут быть синтезированы в самом организме с помощью бактериальной микрофлоры (нормофлоры) кишечника.
8. Дефицит микронутриентов в питании детей и подростков приводит к
1) нарушению процессов роста и развития;
2) снижению калорийности питания;
3) ухудшению процесса пищеварения.

9. Избыток нутриентов в рационе питания может привести к
1) ожирению;
2) повышенной физической активности;
3) «белковому голоданию».

10. Основные функции пищевых веществ в организме человека
1) обеспечение организма энергией, «строительным материалом», участие в биохимических и физиологических процессах;
2) насыщение и рост организма;
3) участие в активном функционировании пищеварительной системы, обеспечение организма энергией.

11. Пребиотики это
1) пищевые вещества, избирательно стимулирующие рост и (или) биологическую активность представителей защитной микрофлоры кишечника, способствующие тем самым поддержанию ее нормального состояния и биологической активности;
2) биологически активные добавки к пище, в состав которых входят живые микроорганизмы и (или) их метаболиты, оказывающее нормализующее действие на состав и биологическую активность микрофлоры пищеварительного тракта;
3) продукты питания, содержащие ингредиенты, которые приносят пользу здоровью человека, за счет улучшения многих физиологических процессов в организме.

12. Каковы функции биологически активных добавок к пище?
1) восполнение недостатка веществ, необходимых человеку; регуляция и нормализация физиологических функций организма; выведение из организма продуктов жизнедеятельности и токсичных веществ;
2) улучшение вкусовых и эстетических свойств пищи;
3) увеличение сроков хранения пищи.

13. Что такое биологически активные добавки к пище?
1) концентраты натуральных или идентичных натуральным биологически активных веществ, предназначенных для непосредственного приема или введения в состав пищевых продуктов с целью обогащения рациона питания человека отдельными биологически активными веществами или их комплексами;
2) продукты питания, содержащие ингредиенты, которые приносят пользу здоровью человека, за счет улучшения многих физиологических процессов в организме;
3) продукты питания, разрабатываемые для здоровых людей, имеющих определенные особенности физиологических потребностей, связанные с функциональным состоянием организма или образа жизни.

14. На какие группы делятся биологически активные добавки к пище?
1) нутрицевтики и парафармацевтики;
2) пищевые красители и ароматизаторы;
3) пробиотики и пребиотики.

15. Функциональные продукты питания - это
1) пищевые вещества, избирательно стимулирующие рост и (или) биологическую активность представителей защитной микрофлоры кишечника, способствующие тем самым поддержанию ее нормального состояния и биологической активности;
2) продукты питания, содержащие ингредиенты, которые приносят пользу здоровью человека, за счет улучшения многих физиологических процессов в организме;
3) концентраты натуральных или идентичных натуральным биологически активных веществ, предназначенных для непосредственного приема или введения в состав пищевых продуктов с целью обогащения рациона питания человека отдельными биологически активными веществами или их комплексами.

16. Обогащение пищевых продуктов – это
1) добавление к продуктам любых недостающих эссенциальных пищевых веществ и минорных компонентов: витаминов, макро- и микроэлементов, пищевых волокон, ПНЖК, фосфолипидов и других биологически активных веществ с целью сохранения или улучшения пищевой ценности отдельных продуктов или рационов питания населения;
2) добавление к продуктам веществ, обладающих лечебными свойствами;
3) добавление к продуктам веществ, повышающих их энергетическую ценность.

17. Виды обогащенных продуктов питания
1) специализированные, функциональные, лечебно-профилактические продукты питания;
2) пробиотики и пребиотики;
3) нутрицевтики и парафармацевтики.

18. Специализированные продукты – это
1) продукты питания, разработанные для здоровых людей, имеющих определенные особенности физиологических потребностей, связанные с функциональным состоянием организма или образа жизни;

2) продукты для лиц, работающих на вредных производствах, проживающих в экологически неблагоприятных условиях, имеющих определенные заболевания или предрасположенных к ним (диабет, ожирение, атеросклероз и др.);
3) пробиотики и пребиотики.

19. Лечебно-профилактические и профилактические продукты - это
1) продукты для лиц, работающих на вредных производствах, проживающих в экологически неблагоприятных условиях, имеющих определенные заболевания или предрасположенных к ним (диабет, ожирение, атеросклероз и др.).;
2) продукты питания, разработанные для здоровых людей, имеющих определенные особенности физиологических потребностей, связанные с функциональным состоянием организма или образа жизни;
3) пробиотики и пребиотики.

20. Требования, предъявляемые к дополнительным (функциональным) ингредиентам, придающим продуктам функциональные свойства
1) должны быть: полезными для здоровья; безопасными, натуральными, не снижать пищевую ценность, употребляться перорально;
2) должны быть вкусными и полезными для здоровья;
3) должны обладать лечебными свойствами.

21. Рациональное питание - это
1) физиологически полноценное питание здоровых людей с учетом их пола, возраста, характера труда и других факторов;
2) питание, обеспечивающее организм всеми необходимыми веществами в достаточном количестве и оптимальных соотношениях, что способствует хорошему усвоению пищи и максимальному проявлению всех полезных биологических свойств;
3) процесс восстановления энергетических затрат организма.

22. Кто разработал концепцию сбалансированного питания?
1) А.А. Покровский;
2) Поль Брегг;
3) А.П. Доброславин.

23. Сбалансированное питание – это
1) питание, обеспечивающее организм всеми необходимыми веществами в достаточном количестве и оптимальных соотношениях, что способствует хорошему усвоению пищи и максимальному проявлению всех полезных биологических свойств;
2) физиологически полноценное питание здоровых людей с учетом их пола, возраста, характера труда и других факторов;
3) процесс восстановления энергетических затрат организма.

24. Оптимальное для среднего взрослого человека соотношение белков, жиров и углеводов в граммах
1) 1:1,2:4,6;
2) 1:1:0,5;

3) 1:5:2.

25. Какой процент должны составлять от общего количества белков в рационе взрослого человека белки животного происхождения
1) 55%;
2) 25%;
3) 75%.

26. Основной принцип рационального питания - энергетическая ценность рациона должна
1) соответствовать энергозатратам организма;
2) превышать энергозатраты организма;
3) быть меньше энергозатрат.

27. Методы изучения фактического питания населения
1) социально-экономические, социально-гигиенические;
2) балансовый и бюджетный;
3) анкетный метод, опросно-весовой метод, весовой метод, изучение питания по отчетам, меню-раскладкам, лабораторный метод.

28. К социально-экономическим методам изучения питания относятся
1) балансовый и бюджетный методы;
2) анкетный метод, опросно-весовой метод, весовой метод, изучение питания по отчетам, меню-раскладкам, лабораторный метод;
3) гигиенические, антропометрические, биохимические, физиометрические, физиологические, иммунологические, клинические методы.

29. Согласно Нормам питания, разработанным Институтом питания Российской академии медицинских наук (РАМН) по степени физической активности студенты относятся к
1) 1 группе;
2) 3 группе;
3) 4 группе.

30. Энергетическая ценность питания студентов должна
1) соответствовать фактическим энергозатратам;
2) превышать фактические энегозатраты;
3) составлять 2000 ккал/сут.
161. В питании студентов интервалы между приемами пищи не должны превышать
1) 4-5 часов;
2) 3 часов;
3) 6 часов.

32. Кратность питания студентов должна составлять
1) 4-5 раз в сутки;
2) 4 раза в сутки;
3) 3 раза в сутки.

33.Питание студентов должно быть
1) рациональным;
2) избыточным;
3) лечебно-профилактическим.

134. Количество потребляемого белка в питании студентов должно составлять
1) 1 г на 1 кг веса;
2) 100 г;
3) 50-90 г.

35. В питании лиц преимущественно умственного труда рекомендуется ограничить
1) животные жиры;
2) простые углеводы;
3) сложные углеводы.

36. Умственный труд характеризуется
1) гипокинезией и нервно-психической напряженностью;
2) повышенной физической активностью;
3) отсутствием нервного напряжения.

37. Лечебно-профилактическое питание – это
1) питание, направленное на сохранение здоровья и профилактику профессиональных заболеваний работников вредных производств в условиях действия на организм человека профессиональных вредностей;
2) питание, обеспечивающее организм всеми необходимыми веществами в достаточном количестве и оптимальных соотношениях, что способствует хорошему усвоению пищи и максимальному проявлению всех полезных биологических свойств;
3) применение в лечебных и профилактических целях специальных диет для больных людей.

38. Лечебно-профилактическое питание способствует усилению процессов связывания и выведения ядов с помощью
1) хелатообразующих свойств пектинов;
2) включением в питание липотропных веществ и достаточного количества белка;
3) путем включения в питание пищевых продуктов, способствующих усилению синтеза рогового слоя, функции сальных желез кожи, нормализации проницаемости кожи дефиците массы.

39. Лечебно-профилактическое питание повышает антитоксическую функцию печени
1) хелатообразующих свойств пектинов;
2) включением в питание липотропных веществ и достаточного количества белка;
3) путем включения в питание пищевых продуктов, способствующих усилению синтеза рогового слоя, функции сальных желез кожи, нормализации проницаемости кожи дефиците массы.

40. Лечебно-профилактическое питание повышает защитные функции физиологических барьеров

1) хелатообразующих свойств пектинов;
2) включением в питание липотропных веществ и достаточного количества белка;
3) путем включения в питание пищевых продуктов, способствующих усилению синтеза рогового слоя, функции сальных желез кожи, нормализации проницаемости кожи дефиците массы.

41. Количество жиров в лечебно-профилактическом питании
1) ограничивается;
2) увеличивается;
3) жиры исключаются.

42. Способны адсорбировать в кишечнике тяжелые металлы
1) пектины;
2) вода;
3) простые углеводы.

43. Уменьшает концентрацию вредных веществ в крови и улучшает выведение из организма многих токсических веществ
1) вода;
2) пектины;
3) жиры.

44. Разгрузочные дни – это
1) питание позволяющее облегчить функцию пораженных органов и систем, способствовать выделению из организма продуктов нарушенного обмена веществ;
2) питание, направленное на сохранение здоровья и профилактику профессиональных заболеваний работников вредных производств в условиях действия на организм человека профессиональных вредностей;
3) прием пищи 1 раз в день.

45. Лечение аллергии основано на том, что
1) из рациона исключают продукт, вызывающий ее;
2) ограничивается потребление продукта, вызывающего ее;
3) увеличивается потребление продукта, вызывающего ее.

46. Общая характеристика диеты при сахарном диабете 2 типа
1) исключены сахар и сладости; умеренно ограничено содержание поваренной соли, холестерина, экстрактивных веществ; увеличено содержание витаминов, пищевых волокон.
2) Снижение потребления животных жиров и простых углеводов, увеличение потребления растительных жиров, сложных углеводов;
3) снижение потребления простых углеводов и животных жиров, увеличение потребления сырых овощей и фруктов, частое дробное питание.

47. Общая характеристика диеты при атеросклерозе
1) Снижение потребления животных жиров и простых углеводов, увеличение потребления растительных жиров, сложных углеводов;

2) исключены сахар и сладости; умеренно ограничено содержание поваренной соли, холестерина, экстрактивных веществ; увеличено содержание витаминов, пищевых волокон.
3) снижение потребления простых углеводов и животных жиров, увеличение потребления сырых овощей и фруктов, частое дробное питание.

48. Основные принципы питания при ожирении
1) снижение потребления простых углеводов и животных жиров, увеличение потребления сырых овощей и фруктов, частое дробное питание;
2) исключены сахар и сладости; умеренно ограничено содержание поваренной соли, холестерина, экстрактивных веществ; увеличено содержание витаминов, пищевых волокон;
3) исключение потребления животных жиров и простых углеводов.

Составитель: Шептицкий В.А.

«31» _08 2022 г.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПРИДНЕСТРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. Т.Г. ШЕВЧЕНКО»

ЕСТЕСТВЕННО-ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ФИЗИОЛОГИИ И САНОКРЕАТОЛОГИИ

Тематика эссе по дисциплине «Трофология»

- Предмет и задачи трофологии.
- Общность фундаментальных процессов ассимиляции пищи.
- Универсальность строительных и функциональных блоков на различных уровнях организации биологических систем как условие динамического и трофического единства биосферы.
- Популяционные, экологические и эволюционные проблемы трофологии. Биосфера как трофосфера.
- Аутотрофность человечества.
- Классическая и естественная классификации организмов на основе трофических процессов.
- Происхождение и эволюция эндо- и экзотрофии.
- Трофика и происхождение жизни.
- Структура, происхождение и эволюция круговоротов и трофических цепей
- Трофические цепи и экология.
- Трофические аспекты происхождения жизни в свете трофологии.
- Возникновение клеток. Происхождение аутотрофии (абиотрофии) и гетеротрофии.
- Классическая теория сбалансированного питания.
- Античная теория питания.
- Основные постулаты теории сбалансированного питания.
- Питание и законы сохранения постоянства молекулярного состава организма.
- Теория адекватного питания. Основные постулаты теории адекватного питания. Основные потоки. Пищевые волокна. Эндоэкология.
- Элементные диеты и две теории питания. Парентеральное питание. Защитные системы желудочно-кишечного тракта.
- Рациональное питание. Оптимизация питания.
- Питание и продолжительность жизни. О культуре питания.
- Об идеальной пище и идеальном питании.
- Проблема питания и эволюция человека.
- Идеальная пища, идеальное питание и две теории питания.
- Разработка новых технологий производства и хранения пищевых продуктов и приготовления пищи.
- Кишечная гормональная система и трофика организма.

- Специфическое динамическое действие пищи и объясняющие его теории.
- Теории регуляции потребления пищи. Регуляция аппетита.
- Специализированные аппетиты. Аппетит и кишечная гормональная система.
- Потребности различных категорий населения в нутриентах и разработка рекомендаций по оптимизации их питания.
- Формирование и внедрение культуры питания.
- Совершенствование и оптимизация профилактического и лечебного питания.
- Продукты для функционального питания.

Составитель: _____ Шептицкий В.А.

«31» 08 2022 г.