

ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: «ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ»

## **ΟΔΗΓΟΣ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΤΗΣ ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑΣ**

**ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ**

### **Γενικά**

- Το επίπεδο των διπλωματούχων είναι μεταδευτεροβάθμιας επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης
- Οι απολυτήριοι τίτλοι εισαγωγής είναι: Γενικό Λύκειο, ΤΕΛ, Πολυκλαδικό Λύκειο, ΤΕΕ Β' Κύκλου, ΕΠΑΛ, ΕΠΑΣ
- Η διάρκεια της κατάρτισης είναι τέσσερα εξάμηνα (14 εβδομάδες / εξάμηνο)
- Η ειδικότητα του Ειδικού Εφαρμογών Διαιτητικής είναι απόλυτα συμβατή με τις αντίστοιχες των χωρών μελών της Ε.Ε. και σύμφωνα με την οδηγία 2005/36 (δίπλωμα της παλαιάς οδηγίας 92/51). Η ειδικότητα λειτουργεί σε όλες τις χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

### **Σύντομη περιγραφή επαγγελματικών δραστηριοτήτων (προφίλ επαγγέλματος)**

Ο διπλωματούχος ΙΕΚ της ειδικότητας Ειδικός Εφαρμογών Διαιτητικής έχει πιστοποιήσει τις γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες (επαγγελματική συμπεριφορά), που είναι απαραίτητες για να καθοδηγεί και να προσανατολίζει ασθενείς ή υγιή άτομα στον ορθό τρόπο διατροφής.

Η θεωρητική και πρακτική κατάρτιση του δίνει τη δυνατότητα να εργάζεται ως σύμβουλος διατροφής σε μαζικά κέντρα διατροφής (π.χ. Οίκοι ευγηρίας, εστιατόρια, ξενοδοχεία, ινστιτούτα – κέντρα αδυνατίσματος, αθλητικά κέντρα, βιομηχανίες παρασκευής φαγητών) και ως βοηθητικό προσωπικό σε ινστιτούτα – κέντρα αδυνατίσματος υπό τις οδηγίες απόφοιτου διαιτολόγου ΑΕΙ –ΤΕΙ, σύμφωνα με την Υπ. Απ. οικ/3215 (ΦΕΚ 655/τ. Β' /30-06-1998) και την ερμηνευτική εγκύκλιο Α5/οικ. 5797/21-10-1998.

Ο Ειδικός Εφαρμογών Διαιτητικής μπορεί επίσης να απασχοληθεί με σχέση εξαρτημένης εργασίας σε νοσοκομεία και νοσηλευτικά ιδρύματα όπου, σύμφωνα με τις οδηγίες του επιστημονικού προσωπικού (ιατροί – διαιτολόγοι), καθοδηγεί το ειδικό προσωπικό παρασκευής και διανομής φαγητών, ώστε το φαγητό των ασθενών να παρασκευάζεται σύμφωνα με το συνταγμένο διαιτολόγιο. Επίσης, παρακολουθεί τους ασθενείς και ελέγχει την ποσότητα του φαγητού τους. Σε περίπτωση που ένας ασθενής δεν ακολουθεί τις οδηγίες, ο Ειδικός Εφαρμογών Διαιτητικής συζητά μαζί του και ενημερώνει τους αρμόδιους θεράποντες ιατρούς.

### **Τομέας δραστηριοτήτων**

Οι διπλωματούχοι της ειδικότητας Ειδικός Εφαρμογών Διαιτητικής μπορούν να εργαστούν σε:

- Ινστιτούτα αδυνατίσματος
- Κέντρα αισθητικής και ομορφιάς
- Καταστήματα υγιεινών τροφών
- Οίκους ευγηρίας
- Παιδικούς σταθμούς
- Κατασκηνώσεις
- Νηπιαγωγεία
- Σχολεία
- Κλινικές
- Νοσοκομεία
- Θεραπευτήρια

### **Επαγγελματικά καθήκοντα**

Οι κυριότερες πράξεις που εκτελεί ο Ειδικός Εφαρμογών Διαιτητικής είναι:

- Τήρηση αρχείου πελατών

## ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: «ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ»

- Σύνταξη διαιτολογίων υγιών ατόμων / παχύσαρκων / ασθενών – πασχόντων από διάφορα νοσήματα / αθλητών, με εντολή και ανάληψη ευθύνης διαιτολόγου ΑΕΙ –ΤΕΙ
- Παρασκευή φαγητών υγιών ατόμων / ατόμων με ειδικές διατροφικές συνήθειες
- Παροχή ψυχολογικής υποστήριξης σε άτομα παχύσαρκα ή άτομα που υποχρεούνται σε ειδικά διαιτολόγια
- Παροχή συμβουλών σε άτομα με ειδικές μεταβολικές ανάγκες.

## ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: «ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ»

## ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

	ΕΞΑΜΗΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΑ	Α			Β			Γ			Δ		
		Θ	Ε	Σ	Θ	Ε	Σ	Θ	Ε	Σ	Θ	Ε	Σ
1.	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΦΥΣΙΚΗΣ	1		1									
2.	ΓΕΝΙΚΗ ΧΗΜΕΙΑ	3		3									
3.	ΑΡΧΕΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ Ι, ΙΙ	2	2	4	2	3	5						
4.	ΜΟΡΙΑΚΗ ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΓΕΝΕΤΙΚΗ	3		3									
5.	ΑΝΑΤΟΜΙΑ – ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ	3		3									
6.	ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΧΗΜΕΙΑ	2		2									
7.	ΜΙΚΡΟΒΙΟΛΟΓΙΑ	2		2									
8.	ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ – Ε- ΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ	2		2									
9.	ΝΟΣΟΛΟΓΙΑ	3		3									
10.	ΧΗΜΕΙΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ				4		4						
11.	ΒΙΟΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ				2		2						
12.	ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ				2		2						
13.	ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ				1		1						
14.	ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ Ι, ΙΙ								4	4		6	6
15.	ΒΙΟΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ							2		2			
16.	ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ ΚΑΙ ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ							2		2			
17.	ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑ							2	2	4			
18.	ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ ΚΑΙ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΣ							2		2			
19.	ΕΛΕΓΧΟΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΛΛΗ- ΛΟΤΗΤΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ							1		1			
20.	ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ							2		2			
21.	ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ							2		2			
22.	ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΥΓΙΩΝ ΑΤΟΜΩΝ							2		2			
23.	ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ										2		2
24.	ΔΙΑΤΡΟΦΗ										3		3
25.	ΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΑ										3		3
26.	ΥΓΙΕΙΝΗ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΣΤΟΥΣ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟΥΣ ΧΩ- ΡΟΥΣ										2		2
27.	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΚΩΝ ΧΩΡΩΝ										3		3
28.	ΚΛΙΝΙΚΗ ΠΑΘΟΛΟΓΙΑ										3		3
29.	ΑΓΓΛΙΚΑ	3		3	3		3	3		3	3		3
30.	ΧΡΗΣΗ Η/Υ		2	2		2	2						
	ΣΥΝΟΛΟ	24	4	28	14	5	19	18	6	24	19	6	25

Θ = ΘΕΩΡΗΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ Ε = ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ  
Σ = ΣΥΝΟΛΟ ΩΡΩΝ ΑΝΑ ΜΑΘΗΜΑ

**ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ:** Οι κάτοχοι Πτυχίου ΤΕΛ και ΤΕΕ Β΄ Κύκλου Τμήματος Διαιτητικής, παρακολουθούν τα δύο (2) τελευταία εξάμηνα κατάρτισης με την προσθήκη δύο (2) ωρών του μαθήματος ΧΡΗΣΗ Η/Υ.

## ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

### ΜΑΘΗΜΑ: ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΦΥΣΙΚΗΣ

ΕΞΑΜΗΝΟ Α': Θεωρία 1 ώρα / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι η διδασκαλία των ειδικών θεμάτων φυσικής που χρησιμεύουν στην καλύτερη κατανόηση των βασικών σημείων της ειδικότητας.

#### Αναλυτικό πρόγραμμα

- Μονάδες (πολλαπλάσια – υποπολλαπλάσια): μήκους, μάζας, χρόνου, εμβαδού, όγκου,
- βάρους, ειδικού βάρους, πυκνότητας, γωνίας
- Κυκλική κίνηση – φυγοκέντρωση
- Ζυγός (ευαισθησία – ακρίβεια – ακριβής ζύγιση)
- Πυκνόμετρο – βαθμοί Baume – Οιοπνευματόμετρο
- Μανόμετρο με υγρό – Σφυγμομανόμετρο
- Θερμοκρασία – θερμότητα
- Κλίμακες: Κελσίου – Φαρενάιτ – Κέλβιν
- Θερμίδα (Cal) – χιλιοθερμίδα (Kcal)
- Τήξη – πήξη
- Εξάτμιση – βρασμός – χύτρα Παπέν.

### ΜΑΘΗΜΑ: ΓΕΝΙΚΗ ΧΗΜΕΙΑ

ΕΞΑΜΗΝΟ Α': Θεωρία 3 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι η διδασκαλία των βασικών αρχών της χημείας, που είναι απαραίτητες για τα μαθήματα «Χημεία Τροφίμων» και «Βιοχημεία».

#### 1. Ανόργανη χημεία

- Περιοδικό σύστημα των στοιχείων
- Σύγχρονη ατομική θεωρία
- Ισότοπα / Ισοβαρή στοιχεία
- Ηλεκτρολυτική διάσταση – Θεωρία του Arrhenius
- Οξέα, βάσεις, άλατα, οξειδία
- Γραμμοίσοδύναμο οξέων / βάσεων / αλάτων
- Κανονικά διαλύματα
- Ισχύς οξέων και βάσεων – Βαθμός ιοντισμού
- Νάτριο – Κάλιο
- Υδροξείδιο του νατρίου (καυστικό νάτριο)
- Ανθρακικό νάτριο (σόδα)

#### 2. Οργανική χημεία

- Υδρογονάνθρακες (αλκάνια, αλκένια, αλκίνια, αλκαδένια, κετόνες)
- Αρωματικοί υδρογονάνθρακες
- Αλκοόλες
- Αιθέρες
- Καρβονυλικές ενώσεις
- Αμίνες
- Υδατάνθρακες, πρωτεΐνες, λίπη.

**ΜΑΘΗΜΑ: ΑΡΧΕΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ Ι, ΙΙ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Α΄: Θεωρία 2 ώρες / εβδομάδα + Εργαστήριο 2 ώρες / εβδομάδα

ΕΞΑΜΗΝΟ Β΄: Θεωρία 2 ώρες / εβδομάδα + Εργαστήριο 3 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι η διδασκαλία των βασικών αρχών της διατροφής, ώστε ο καταρτιζόμενος να είναι σε θέση στα επόμενα εξάμηνα να σχεδιάσει και να αναλύσει ένα διαιτολόγιο.

**ΕΞΑΜΗΝΟ Α΄**

**ΘΕΩΡΙΑ**

- Τι είναι διαιτολογία – Ρόλος του διαιτολόγου
- Γενική σύσταση των τροφίμων
- Θερμιδογόνες ουσίες (ενέργεια, υδατάνθρακες, πρωτεΐνες, λίπη, αλκοόλ)
- Μη θερμιδογόνες ουσίες – βιταμίνες.

**ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ**

- Πρακτική εξέταση μορφής / δυναμικής ενός διαιτολογίου
- Εφαρμογή της θεωρίας του μαθήματος στην πράξη.

**ΕΞΑΜΗΝΟ Β΄**

**ΘΕΩΡΙΑ**

- Μη θερμιδογόνες ουσίες (Ανόργανα στοιχεία, νερό)
- Ομάδες τροφίμων (Ομάδες κρέατος, γάλακτος, λαχανικών και φρούτων, δημητριακών και λιπών)
- Σύνταξη διαιτολογίου (Διαιτολογικές συστάσεις, υπολογισμός θρεπτικών αναγκών, χρήση ισοδυνάμων, μερίδες τροφίμων).

**ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ**

Στόχος του εργαστηρίου είναι ο καταρτιζόμενος να μπορεί να εφαρμόσει τη θεωρία που διδάχθηκε στο μάθημα.

- Φυσικές ιδιότητες των τροφίμων (μονάδες μέτρησης, ειδικό βάρος, σημείο τήξης, πήξης και βρασμού)
- Χημικές ιδιότητες των τροφίμων
  - Υδατάνθρακες: Υδρόλυση σακχάρων και αμύλου, ζύμωση, ζελατινοποίηση, καραμελοποίηση
  - Λίπη: Υδρόλυση, οξειδωση
  - Πρωτεΐνες: Μετουσίωση, ενύδρωση
  - Φυσικές χρωστικές ουσίες: Χλωροφύλλες, ανθοκεάνες
- Χαρακτηριστικά και λειτουργίες των υδατανθράκων
  - Ιδιότητες του αμύλου
  - Καραμελοποίηση της σουκρόζης
  - Συμπεριφορά σουκρόζης σε υδατικό διάλυμα (σημείο βρασμού κλπ.)
  - Διαφορές μεταξύ γλυκαντικών ουσιών (θερμιδογόνες και μη θερμιδογόνες)
- Χαρακτηριστικά και λειτουργίες των λιπών – Ιδιότητες των φυτικών και ζωικών λιπών στο μαγείρεμα
- Χαρακτηριστικά και λειτουργίες των πρωτεϊνών
  - Ιδιότητες του αυγού και του κρέατος στο μαγείρεμα
  - Παρασκευή ψωμιού (ενύδρωση γλουτένης)
- Τρόποι συντήρησης των τροφίμων
  - Κατάψυξη λαχανικών

- Χρήση αλατιού (τουρσιά)
- Χρήση ζάχαρης (κέτσαπ)
- Ομάδες τροφίμων (γάλακτος – κρέατος – φρούτων και λαχανικών – δημητριακών – λιπών)
- Μερίδες και χρήση των πινάκων συνθέσεων τροφίμων για υπολογισμό διαφόρων συστατικών.

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΜΟΡΙΑΚΗ ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΓΕΝΕΤΙΚΗ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Α΄: Θεωρία 3 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι ο καταρτιζόμενος να κατανοήσει τα στοιχειώδη περί της λειτουργίας των βιολογικών συστημάτων.

- Κύτταρα
  - Συγκρότηση κυτταρικών δομών και οργανιδίων
  - Χωροδιάταξη κυτταρικών οργανιδίων
  - Λειτουργικότητα κυτταρικών οργανιδίων, με έμφαση στα παρακάτω:
    1. μιτοχόνδριο (ενέργεια)
    2. golgi, ενδοπλασματικά δίκτυα (κυτταρικός αναβολισμός)
    3. λυσοσωματικά κυστίδια (ενδοκυτταρική πέψη)
    4. αποικοδόμηση κυτταρικών συστατικών
    5. κυτταρικά ινίδια – κινήσεις – συστολή – καύσεις – ενέργεια
  - Συνεργασία κυτταρικών λειτουργιών (δυναμική του κυττάρου) – σύζευξη αντιδράσεων
  - Κυτταροπλαστική μεμβράνη / κυτταρικές μεμβράνες – επιφάνειες αντιδράσεων (ιδιότητες μεμβρανών με έμφαση στην κυτταρική συνεργασία)
  - Κυτταρική διαίρεση
- Νουκλεϊκά οξέα
  - Γενικά
  - Νουκλεοτίδια
  - Πολυνουκλεοτίδια
  - Διπλή έλικα
- Προσδιορισμός πρωτοδιάταξης μακρομορίων
- Πρωτοδιάταξη πρωτεϊνών (Γενικά, βασική μεθοδολογία)
- Πρωτοδιάταξη RNA
  - Γενικά
  - Εξωνουκλεάσες
  - Ενδονουκλεάσες
  - Μεθοδολογία για τον προσδιορισμό της πρωτοδιάταξης του RNA
  - Σύνθεση cDNA
- Πρωτοδιάταξη DNA
  - Γενικά
  - Ενδονουκλεάσες περιορισμού
  - Μέθοδος των Maxam – Gilbert
- Τεχνητά συνδυασμένο DNA
  - Χαρτογράφηση DNA
  - Σημασία της τεχνικής
  - Μέθοδοι χαρτογράφησης
  - Μεταφορά Southern

## ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: «ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ»

- Πλασμίδια
- Συνδυασμός DNA με χρωματοσώματα πλασμιδίου
- Συνδυασμός με τεχνητές ουρές
- Επιλογή συνδυασμένων κλώνων
- Χρήση της τεχνικής συνδυασμού
- Δομή και λειτουργία γονιδίων
  - Γενικά
  - Γενετική ρύθμιση της πρωτεϊνικής λειτουργίας
  - Ένα γονίδιο – μια πολυπεπτιδική αλυσίδα
- Αντιγραφή DNA
  - Γενικά
  - Ημισυντηρητική αντιγραφή του DNA – πείραμα Meselson – Stahl
  - Αντιγραφή: Έναρξη και κατεύθυνση – πορεία – τέλος – άλλοι παράγοντες
  - Επιδιόρθωση του DNA
- Μεταγραφή DNA
  - Γενικά
  - Κεντρικό δόγμα της βιολογίας
  - Το DNA ως καλούπι του RNA
  - Μεταγραφή: Έναρξη – πορεία – τέλος
  - Ωρίμανση του RNA
- Μετάφραση του DNA
  - Καθήλωση των αμινοξέων στο m-RNA
  - Ένα ένζυμο, ένα αμινοξύ
  - t-RNA
  - Ενεργοποίηση αμινοξέων
  - Πεπτιδικός δεσμός και ριβοσώματα
  - r-RNA
  - Αμινοτελικό άκρο: αρχή της σύνθεσης της πολυπεπτιδικής αλυσίδας
  - Παράγοντες έναρξης
  - Κατεύθυνση της ανάγνωσης m-RNA (5' - - - - 3')
  - Παράγοντες επιμήκυνσης
  - m-RNA και ριβοσώματα
  - Ελευθέρωση της ανώριμης πολυπεπτιδικής αλυσίδας
- Γενετικός κώδικας
  - Γενικά
  - Διασαφήνιση του κώδικα
  - Η κατεύθυνση της ανάγνωσης του κώδικα
  - Το αντικωδικό και το t-RNA
- Χρωματοσώματα
  - Πολλαπλασιασμός του κυττάρου
- Νόμοι του Mendel
  - Εισαγωγικές έννοιες
  - Τα πειράματα του Mendel
  - Υπεροχή – Γενεαλογικά δένδρα
  - Επαναδιασταύρωση
  - Νόμος της ανεξαρτησίας των αλληλόμορφων ζευγών
- Πολυμερείς χαρακτήρες – Αλληλεπιδράσεις γονιδίων – Πλειοτροπικά γονίδια
  - Η αναλογία 9:7
  - Η αναλογία 9:3:4
  - Η αναλογία 15:1



## ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: «ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ»

- Προσθετικά γονίδια
- Πλειοτροπικά γονίδια
- Διεισδυτικότητα και εκδηλωτικότητα των γονιδίων
- Φυλοσύνδετη κληρονομικότητα
  - Γενικά
  - Φυλοσύνδετοι χαρακτήρες
  - Μερικώς φυλοσύνδετα – φυλοπεριορισμένα – φυλοελεγχόμενα γνωρίσματα
- Πολλαπλά αλληλόμορφα
  - Γενικά
  - Πολλαπλά αλληλόμορφα στον άνθρωπο
- Σύνδεση και διασκελισμός στους διπλοειδείς οργανισμούς
  - Εισαγωγικές έννοιες
  - Χρωματοσωμικοί χάρτες
  - Σύμπτωση και παρεμβολή
  - Παράγοντες που επηρεάζουν τη συχνότητα του διασκελισμού
- Μεταλλάξεις (Γενικά – Μεταλλακτικότητα των οργανισμών).

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΑΝΑΤΟΜΙΑ – ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Α΄: Θεωρία 3 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι η διδασκαλία των βασικών στοιχείων της ανατομίας και της φυσιολογίας που είναι απαραίτητα για την κατανόηση του ανθρωπίνου οργανισμού και της φυσιολογικής λειτουργίας του.

- Η βιολογική μονάδα της ζωής
  - Γενικά
  - Από το κύτταρο στον άνθρωπο
  - Φυσιολογία του κυττάρου
- Ομοίσταση
  - Γενικά
  - Συστήματα ελέγχου και ρύθμισης
  - Ερεθισμός και αντίδραση
  - Επανατροφοδότηση
  - Επίπεδα ελέγχου
- Ιστοί
  - Επιθηλιακός ιστός
  - Συνδετικός ιστός
  - Νευρικός ιστός
  - Μυϊκός ιστός
  - Όργανα και συστήματα
- Ερειστικό σύστημα
  - Γενικά
  - Μελέτη του σκελετού
  - Κατασκευή και σύσταση των οστών
  - Αρθρώσεις – Κινήσεις των αρθρώσεων
- Νευρικό σύστημα
  - Δομή και λειτουργία
  - Νευρική ώση
  - Φαινόμενα κατά τις συνάψεις

## ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: «ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ»

- Νευροδιαβιβαστικές ουσίες στα διάφορα τμήματα του νευρικού συστήματος
- Δομή και λειτουργίες του εγκεφάλου
- Νωτιαίος μυελός
- Μυϊκό σύστημα
  - Δομή και λειτουργία
  - Δομή μυϊκού κυττάρου
  - Ιδιότητες σκελετικού μυός
  - Μυϊκή σύσταση
  - Νευρομυϊκή σύναψη
  - Μονάδες μυϊκής κίνησης
  - Ρύθμιση του βαδίσματος
- Αισθητήρια όργανα και αισθήσεις
  - Γενικά
  - Το αισθητήριο της όρασης (δομή, μηχανισμός)
  - Το αισθητήριο της ακοής (δομή, μηχανισμός)
  - Αισθητήριο της όσφρησης (δομή, μηχανισμός)
  - Αισθητήριο της γεύσης (δομή, μηχανισμός)
  - Αισθητήριο της αφής (δομή, μηχανισμός)
- Κυκλοφορικό σύστημα
  - Δομή, ρύθμιση και λειτουργία
  - Σύσταση και λειτουργίες αίματος
  - Καρδιά – ανατομικές και ηλεκτρικές ιδιότητες της καρδιάς – καρδιακός παλμός – καρδιακή παροχή
  - Το αγγειακό σύστημα
- Αναπνευστικό σύστημα
  - Γενικά – Δομή
  - Δέσμευση και αποδέσμευση του οξυγόνου με την αιμοσφαιρίνη
  - Μεταφορά του διοξειδίου του άνθρακα
  - Ρύθμιση της αναπνοής
- Πέπτικό σύστημα (εκτεταμένο)
  - Γενικά – Δομή
  - Πεπτικά υγρά
  - Πέψη και απομύζηση
- Ουροποιητικό σύστημα (εκτεταμένο)
  - Γενικά – Δομή
  - Λειτουργία του νεφρού
  - Σύσταση των ούρων
- Γεννητικό σύστημα (Γενικά – ανδρικό / γυναικείο γεννητικό σύστημα)
- Ενδοκρινολογικό σύστημα (εκτεταμένο)
  - Υπόφυση και υποθάλαμος
  - Πάγκρεας
  - Επινεφρίδια
  - Θυρεοειδής αδένας – Παραθυρεοειδείς αδένες
  - Ορμόνες των γονάδων.

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΧΗΜΕΙΑ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Α΄: Θεωρία 2 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να αποκτήσει ο καταρτιζόμενος τις βασικές γνώσεις αναλυτικής χημείας.

- Εισαγωγή στην ποιοτική και την ποσοτική ανάλυση
- Ογκομετρικοί προσδιορισμοί
- Οξυμετρία – Αλκαλιμετρία
- Δείκτες (παρασκευές – χρήσεις)
- Προσδιορισμός Υπεροξειδίου του Υδρογόνου ( $H_2O_2$ )
- Ιωδιομετρία
- Παρασκευή και τιτλοδότηση 0,1 N Ιωδίου
- Πεχαμετρία
- Πόσιμο ύδωρ (σύσταση – ανάλυση)
- Λίπη και έλαια (χημική ανάλυση, βαθμός και αριθμός οξύτητας).

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΜΙΚΡΟΒΙΟΛΟΓΙΑ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Α΄: Θεωρία 2 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι η κατανόηση της επιρροής που έχουν διάφοροι μικροοργανισμοί στη διατροφή και γενικά στην υγεία του ανθρώπου.

- Μικροβιακός κόσμος
  - Γενικά – Ταξινόμηση
  - Ευκαρυωτικό / Προκαρυωτικό μικρόβιο
- Ιοί (περιληπτικά)
  - Γενικά
  - Καλλιέργεια ιών
  - Ιντερφερόνη
  - Εμβόλια για πρόληψη ιογενών νόσων
  - Ιός του AIDS
- Ρικετίσιες – χλαμύδια (περιληπτικά) (Γενικά – Ρικετσιώσεις – Ασθένειες από χλαμύδια)
- Μύκητες
  - Γενικά
  - Ταξινόμηση των μυκήτων
  - Σημαντικοί παθογόνοι μύκητες
  - Χρήσιμοι μύκητες
- Πρωτόζωα (Γενικά – Πρωτόζωα των τροφών)
- Βακτήρια
  - Γενικά
  - Δομή του βακτηριακού κυττάρου
  - Βακτηριακή αύξηση
  - Αναπαραγωγή των βακτηρίων
  - Επιρροή θερμοκρασίας, πυκνότητα, οξυγόνου και διοξειδίου του άνθρακα
- Μικρόβια και σπονδυλόζωα
  - Μικρόβια στο σώμα των σπονδυλωτών
  - Φυσιολογική μικροχλωρίδα
  - Παθογόνοι μικροοργανισμοί
  - Γενική αντίδραση ξενιστή – Άμεση άμυνα ξενιστή – Μηχανισμοί επαγωγίμης αντίστασης ξενιστή
  - Παθολογική δράση μικροβίων

## ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: «ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ»

- Τοξικότητα – Φύση τοξινών – Εξωτοξίνες / ενδοτοξίνες
- Αντιμικροβιακές ουσίες στους ιστούς και τα υγρά του σώματος
- Φαγοκυττάρωση
- Φλεγμονή
- Αντισώματα
- Μικροβιολογία σε ειδικά περιβάλλοντα
  - Μικροβιολογία τροφίμων (γάλα, κρέας, λαχανικά, φρούτα, ξηροί καρποί, δημητριακά)
  - Μικροβιολογία του αέρα και του νερού
  - Τροφικές δηλητηριάσεις – σαλμονέλες, χρυσίζων σταφυλόκοκκος, B. Cereus
  - Κλωστηρίδιο perfringens.

### **ΜΑΘΗΜΑ : ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ – ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Α΄: Θεωρία 2 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι η διδασκαλία των στοιχείων της σωστής επικοινωνίας και των ανθρώπινων σχέσεων.

- Έννοια και σημασία των ανθρώπινων σχέσεων
- Η κοινωνική ζωή ως βάση ανάπτυξης των ανθρώπινων σχέσεων
- Κίνητρα συμπεριφοράς – Φυσικές και ψυχολογικές ανάγκες
- Χαρακτηριστικά της ομαδικής ζωής του αναπτυσσόμενου ατόμου ιδιαίτερα στον επαγγελματικό τομέα
- Το δύστροπο άτομο – μέθοδοι αποκατάστασης της συμπεριφοράς του
- Συμβολή της ψυχοσύνθεσης στη δημιουργία καλών ανθρώπινων σχέσεων
- Επιδράσεις ομάδων στην κοινότητα
- Οργανωμένες ομάδες συνεργασίας – Οργανωμένες ομάδες ανταγωνισμού
- Ομάδα: επιλογή, ηγεσία, δυναμική, πίεση της ομάδας
- Οργάνωση για την κοινωνική αλλαγή
- Προσπάθεια συμμετοχής στην κοινότητα για επίλυση προβλημάτων.

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΝΟΣΟΛΟΓΙΑ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Α΄: Θεωρία 3 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι η κατανόηση των διαφόρων παθολογικών καταστάσεων, ώστε ο καταριζόμενος να είναι σε θέση να συντάξει ειδικό διαιτολόγιο κατά περίπτωση.

- Εισαγωγή
  - Εισαγωγικές έννοιες
  - Διάγνωση των νόσων
  - Θεραπεία των νόσων
- Λοιμώδη νοσήματα (Εισαγωγή, ανάπτυξη λοιμωδών νοσημάτων)
- Νοσήματα αναπνευστικού
  - Εισαγωγή
  - Νοσήματα αναπνευστικών οδών
  - Νοσήματα πνευμόνων
  - Αλλά νοσήματα αναπνευστικού
- Παθήσεις κυκλοφορικού

## ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: «ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ»

- Εισαγωγή
- Παθήσεις καρδιάς
- Παθήσεις αγγείων
- Περιφερική κυκλοφορική ανεπάρκεια
- Νοσήματα πεπτικού
  - Εισαγωγή
  - Νοσήματα πεπτικού σωλήνα
  - Νοσήματα ήπατος
- Παθήσεις ουροποιητικού (Εισαγωγή, ανάπτυξη παθήσεων ουροποιητικού)
- Άλλα νοσήματα και παθήσεις
  - Παθήσεις αίματος
  - Σακχαρώδης διαβήτης
  - Αλλεργία και αλλεργικές αντιδράσεις
  - Νοσήματα κολλαγόνου
  - Δερματικά νοσήματα.

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΧΗΜΕΙΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Β΄: Θεωρία 4 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να γνωρίσει ο καταρτιζόμενος τις χημικές ιδιότητες καθώς και τη σύσταση των διάφορων τροφίμων.

- Σκοπός και σημασία της χημείας τροφίμων
- Όροι τους οποίους πρέπει να πληροί η τροφή
- Θερμαντική αξία της τροφής
- Επίδραση της τροφής και όργανα της πέψης
- Ικανότητα κορεσμού
- Σημασία του ύδατος και των ανόργανων αλάτων
- Κρέας και προϊόντα κρέατος – Αλλαντικά
- Αβγά
- Γάλα –Γαλακτοκομικά προϊόντα
- Λίπη και έλαια – Ιχθυέλαια
- Δημητριακά – Άλευρα
- Όσπρια
- Άρτος – Ζυμαρικά
- Σάκχαρα
- Ευφραντικά – Αλκοολούχα ευφραντικά
- Καφές – κακάο – τσάι
- Αρτύματα.

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΒΙΟΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Β΄: Θεωρία 2 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να μάθει ο καταρτιζόμενος πώς να επεξεργάζεται στατιστικά στοιχεία και να κατανοεί τα διάφορα ερευνητικά αποτελέσματα στο χώρο της διατροφής και της διαιτολογίας.

- Εισαγωγή  
Σύντομη ιστορική αναδρομή

Χρησιμότητα και εφαρμογές της στατιστικής  
Το κράτος και η στατιστική

- Συλλογή στατιστικών στοιχείων
  - Στατιστικός πληθυσμός – Στατιστική μεταβλητή (ποσοτική – ποιοτική)
  - Μέθοδοι συλλογής και επεξεργασία στατιστικών στοιχείων
- Παρουσίαση στατιστικών στοιχείων
  - Στατιστικοί πίνακες
  - Κατανομές συχνοτήτων – Σχετική συχνότητα
  - Γραφικές παραστάσεις – Ιστόγραμμα – Πολύγωνο συχνοτήτων
- Μέτρα θέσης και διασποράς
  - Μέσος αριθμητικός  $\bar{X}$  – Εύρεση του  $\bar{X}$  από πίνακα συχνοτήτων
  - Η έννοια της διασποράς – Εύρος μεταβολής
  - Διακύμανση  $S$  και τυπική απόκλιση  $S$
  - Κανονικός και έμμεσος υπολογισμός της  $S$
- Θεωρητικές κατανομές
  - Η έννοια της πιθανότητας – Κλασικός και στατιστικός ορισμός
  - Κατανομές πιθανότητας – Κανονική κατανομή  $N$ .

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΒΙΟΧΗΜΕΙΑ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Β΄: Θεωρία 2 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να γνωρίσει ο καταρτιζόμενος τη δομή και τη λειτουργία των διάφορων θρεπτικών ουσιών, απαραίτητα για την κατανόηση των μαθημάτων της διατροφής.

- Εισαγωγή
  - Ενώσεις που εξετάζει η βιοχημεία
  - Βασική σύσταση του ανθρώπινου σώματος
  - Νερό και λειτουργία των βιοπολυμερών
- Νερό και ανόργανα στοιχεία
  - Οξύ και βάση στη βιοχημεία
  - Απολικός δεσμός
  - Νερό του σώματος
  - Ισοζύγιο του νερού
  - Ανόργανα σημαντικά για τη θρέψη
  - Ιχνοστοιχεία
  - Έννοια του  $pH$
  - Ρυθμιστικά διαλύματα
- Πρωτεΐνες
  - Λειτουργίες – χημεία των πρωτεϊνών
  - Πρωτεΐνες των τροφών
  - Τρανσαμίνωση
  - Τρανσαμίνωση
  - Βιοσύνθεση των μη απαραίτητων αμινοξέων
  - Ουρία: Σύνθεση – Ρύθμιση της σύνθεσης – Μεταβολικές διαταραχές του κύκλου της
- Ένζυμα (περιληπτικά)
  - Γενικά
  - Ειδικότητα ενζύμων
  - Επίδραση της θερμοκρασίας στη λειτουργικότητα των ενζύμων

## ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: «ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ»

- Αποστολείς της ενζυμικής δραστηριότητας
- Υδατάνθρακες (σάκχαρα) (εκτεταμένα)
  - Χημεία των υδατανθράκων
  - Γλυκόλυση και κύκλος Krebs
  - Γλυκογονογένεση – Γλυκογονοσύνθεση – Γλυκογονόλυση
  - Παρακύκλωμα των πεντοζών
  - Οι υδατάνθρακες στη δίαιτα του ανθρώπου
- Λιπίδια (εκτεταμένα)
  - Λειτουργίες – Χημεία των λιπιδίων
  - Ακυλογλυκερόλες
  - Στεροειδή
  - Καταβολισμός λιπαρών οξέων
  - Βιοσύνθεση λιπών
  - Σχέση γλυκόζης και λιπών
  - Τα λιπίδια στη δίαιτα του ανθρώπου
- Νουκλεϊκά οξέα (περιληπτικά)
  - Χημεία των νουκλεϊκών οξέων
  - Καταβολισμός των βάσεων των νουκλεϊκών οξέων
  - Βιοσύνθεση και λειτουργικός ρόλος των νουκλεοτιδίων
  - Τα νουκλεϊκά οξέα στη δίαιτα του ανθρώπου
- Βιταμίνες (εκτεταμένα) – Υδατοδιαλυτές και λιποδιαλυτές βιταμίνες.

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Β΄: Θεωρία 1 ώρα / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να γνωρίσει ο καταρτιζόμενος τις συνήθειες των διάφορων λαών ως προς τη διατροφή.

- Πληθυσμός και διατροφή – Μελέτη διατροφής ομάδων πληθυσμού (γεωγραφική – κλιματολογική)
- Συνήθειες διαφόρων λαών ως προς τη διατροφή με παραδείγματα (διατροφή Ευρώπης, Αμερικής, Ασίας κλπ., ανάλυση διατροφής του τρίτου κόσμου)
- Διαφορές διατροφής υπαίθρου – πόλης
- Ανάγκες διατροφής ανάλογα με το επάγγελμα
- Εξέλιξη στη διατροφή (βάσει των τεχνολογικών εξελίξεων) – Τυποποιημένα τρόφιμα κλπ.
- Αλκοόλ και κοινωνία.

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΒΙΟΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Γ΄: Θεωρία 2 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να γνωρίσει ο καταρτιζόμενος τις αρχές της βιοτεχνολογίας.

- Μαζική παραγωγή
- Εγκατάσταση βιομηχανικής μονάδος τροφίμων
- Εξοπλισμός
- Επιλογή πρώτων υλών – Ποσοτικοί και ποιοτικοί έλεγχοι της πρώτης ύλης – Διαλογή, διακίνηση και αποθήκευση της πρώτης ύλης
- Συνθήκες αποθήκευσης – Αποθήκευση πρώτων υλών και ετοιμών προϊόντων – Αποθήκευση σε κενό αέρος

## ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: «ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ»

- Ψύξη
- Συσκευασία Τροφίμων (απαιτήσεις και μέσα)
- Καταλληλότητα και κίνδυνοι μέσω συσκευασίας και φύλαξης
- Σύγχρονες απόψεις και μελλοντικές εξελίξεις
- Γάλα
  - Ορισμός, χημική σύσταση, θρεπτική αξία
  - Συντήρηση
  - Παστεριωμένο – αποστειρωμένο – σκόνη γάλακτος
  - Αλλοιώσεις – Μικρόβια του γάλακτος
- Κρέας – Πουλερικά – Αυγά – Αλιεύματα (ορισμός, χημική σύσταση, θρεπτική αξία, συντήρηση, αλλοιώσεις)
- Σιτηρά και τα προϊόντα τους (ορισμός, χημική σύσταση, θρεπτική αξία, συντήρηση, αλλοιώσεις)
- Λαχανικά και Φρούτα (ορισμός, χημική σύσταση, θρεπτική αξία, συντήρηση, αλλοιώσεις)
- Κονσερβοποιημένα τρόφιμα (ορισμός, χημική σύσταση, θρεπτική αξία, συντήρηση, αλλοιώσεις).

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ ΚΑΙ ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Γ': Θεωρία 2 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να γνωρίσει ο καταρτιζόμενος τον κώδικα τροφίμων, τη νομοθεσία της ΕΕ, όσον αφορά τα τρόφιμα και τα δικαιώματα του καταναλωτή. Γίνεται γενική αναφορά στους νόμους που είναι σχετικοί με:

- Γενικές διατάξεις του κώδικα τροφίμων
- Υλικά και αντικείμενα που προορίζονται να έλθουν σε επαφή με τρόφιμα
- Πρόσθετες ύλες – αρωματικές ύλες τροφίμων
- Καφές – τσάι – κακάο και προϊόντα τους
- Διατηρημένα τρόφιμα
- Γλυκαντικές ουσίες
- Λίπη και έλαια
- Γάλα, αυγά και προϊόντα τους
- Κρέας και προϊόντα του
- Ιχθυηρά και προϊόντα τους
- Δημητριακά και προϊόντα τους
- Τρόφιμα φυτικής προέλευσης
- Προϊόντα και γλυκαντικές ύλες
- Ποτά
- Μεταβατικές διατάξεις – κώδικας τροφίμων
- Προστασία καταναλωτή
- Νομοθεσία ΕΕ.

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Γ': Θεωρία 2 ώρες / εβδομάδα + Εργαστήριο 2 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να μάθει ο καταρτιζόμενος πώς να υπολογίζει και να συντάσσει διαιτολόγια ανάλογα με τις παθολογικές ανάγκες του ασθενή.



## ΘΕΩΡΙΑ

- Εισαγωγή
  - Υπολογισμός θρεπτικών αναγκών σε παθολογικές καταστάσεις
  - Παράγοντες που επηρεάζουν τη σίτιση του ασθενούς
  - Σημασία της αλλαγής της διαίτας
- Σύνταξη διαιτολογίων (ισοδυναμία και πίνακες)
- Σακχαρώδης διαβήτης και διατροφή (αιτιολογία, παθογένεια, διαιτητική αντιμετώπιση τύπου I – τύπου II – διαβήτη εγκυμοσύνης κλπ.)
- Φαρμακευτική αντιμετώπιση και διαιτολογία, ειδικές περιπτώσεις – αθλητισμός, διακοπές, λοιμώξεις
- Ισχαιμική καρδιοπάθεια και διατροφή
  - Αιτιολογία, παθογένεια
  - Διαιτητική αντιμετώπιση των υπερλιπιδαιμιών
  - σχέση ισχαιμικής καρδιοπάθειας με άλλες παθήσεις (π.χ. παχυσαρκία, σακχαρώδης διαβήτης)
  - Φαρμακευτική αντιμετώπιση
- Πεπτικό σύστημα και διατροφή
  - Οισοφαγίτιδα (αίτια και διαιτητική αντιμετώπιση)
  - Δυσπεψία (αίτια και διαιτητική αντιμετώπιση)
  - Γαστρίτιδα (αίτια και διαιτητική αντιμετώπιση)
  - Πεπτικά έλκη (αίτια, διαιτητική, φαρμακευτική και χειρουργική αντιμετώπιση – dumping syndrome)
  - Εντεροπάθεια από γλουτένη (κοιλιοκάκη) (αίτια και διαιτητική αντιμετώπιση)
  - Υπολακτασία (αίτια και διαιτητική αντιμετώπιση)
  - Δυσκοιλιότητα (αίτια και διαιτητική αντιμετώπιση)
  - Ελκωτική κολίτιδα (αίτια και διαιτητική αντιμετώπιση)
  - Νόσος του Crohn (αίτια και διαιτητική αντιμετώπιση)
  - Εκκολπωμάτωση (αίτια και διαιτητική αντιμετώπιση)
- Νεφροπάθειες και διατροφή
  - Νεφρωσικό σύνδρομο, οξεία νεφρική ανεπάρκεια, χρόνια νεφρική ανεπάρκεια, νεφρολιθίαση (όλα περιληπτικά)
  - Αίτια και διαιτητική αντιμετώπιση
- Ηπατοπάθειες και διατροφή
  - Λιπώδες ήπαρ, κίρρωση του ήπατος, οξεία ηπατοπάθεια, χρόνια ηπατοπάθεια
  - Αίτια και διαιτητική αντιμετώπιση
- Χολοκυστοπάθειες και διατροφή (χολολιθίαση – Αίτια και διαιτητική αντιμετώπιση).
- Παγκρεατοπάθειες και διατροφή (Παγκρεατίτιδα – Αίτια και διαιτητική αντιμετώπιση).

## ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ

Εφαρμογή ειδικών διαιτολογίων και ενδεικτική παρασκευή διαιτητικών φαγητών για ασθενείς που πάσχουν από:

- Σακχαρώδη διαβήτη
- Καρδιοπάθειες
- Διαταραχές και παθήσεις πεπτικού συστήματος
- Νεφροπάθειες
- Χολοκυστοπάθειες
- Παγκρεατοπάθειες.

## ΜΑΘΗΜΑ: ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ ΚΑΙ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΣ

ΕΞΑΜΗΝΟ Γ΄: Θεωρία 2 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να γνωρίσει ο καταρτιζόμενος τους τρόπους με τους οποίους μπορεί να αντιμετωπίσει παχύσαρκους ασθενείς.

- Εισαγωγή: Τι είναι μεταβολισμός, τι είναι παχυσαρκία (περιληπτικά)
- Ενέργεια και διατροφή: Μέτρηση θερμιδικής αξίας, πρόσληψη και απώλεια, βασικός μεταβολισμός, θερμιδικές απαιτήσεις του ατόμου (Επανάληψη του αντίστοιχου κεφαλαίου του προηγούμενου έτους)
- Βάρος και σύνθεση του σώματος – Μέθοδοι για τον υπολογισμό του σωματικού λίπους
- Διακυμάνσεις του σωματικού βάρους – Ενεργειακό ισοζύγιο – Έλεγχος σωματικού βάρους και ιδεώδες βάρος του σώματος
- Παχυσαρκία
  - Ορισμός, επιδημιολογία, αιτιολογία, παθογένεια
  - Μεταβολικές διαταραχές στην παχυσαρκία
  - Σχέση παχυσαρκίας και υγείας
  - Διαιτητική αντιμετώπιση (Δημοφιλείς δίαιτες, π.χ. πρωτεϊνικές, κυκλική, Άτκινς, Σκαρντέιλ κλπ.) – Υπολογισμός και σύνταξη υποθερμικής δίαιτας
  - Ψυχοθεραπεία (περιληπτικά)
  - Φαρμακευτική θεραπεία (περιληπτικά)
  - Χειρουργική θεραπεία (περιληπτικά)
  - Σωματική άσκηση και θεραπεία.

#### **ΜΑΘΗΜΑ: ΕΛΕΓΧΟΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΛΛΗΛΟΤΗΤΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Γ΄: Θεωρία 1 ώρα / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να γνωρίσει ο καταρτιζόμενος τους τρόπους ελέγχου της καταλληλότητας των τροφίμων προς βρώση. Οι γνώσεις αυτές είναι απαραίτητες αν ο διπλωματούχος εργασθεί σε χώρους μαζικής εστίασης.

- Ορισμός – Σκοπός
- Διάκριση τροφίμων (ζωικής – φυτικής προέλευσης, ευαλλοίωτα – μη υποκείμενα σε αλλοίωση)
- Μέτρα για τον έλεγχο τροφίμων
- Χαρακτηρισμός τροφίμων
  - Κατάλληλα – ακατάλληλα (ακάθαρτα)
  - επιβλαβή (ρουπαρά)
  - επικίνδυνα (αποσυντεθειμένα, δηλητηριώδη, μολυσμένα)
- Μέσα συντήρησης τροφίμων
  - κατάψυξη
  - ψύξη
  - κονσερβοποίηση
  - αποξήρανση
  - αλάτι
- Δειγματοληψία – Έλεγχος τροφίμων
- Τοξικές ουσίες στα τρόφιμα (εντομοκτόνα κλπ.)
- Υγιεινή χώρων παρασκευής τροφίμων
- Παστερίωση του γάλακτος
- Νόσοι προκαλούμενοι από το γάλα

## ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: «ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ»

- Νόσοι προκαλούμενοι από την ύπαρξη μικροβίων (γαστρεντερίτιδες) ή τοξινών (τοξινώσεις, τροφολοιμώξεις, τροφικές δηλητηριάσεις) στα τρόφιμα
- Επιδημιολογία νόσων τροφικής – υδρικής αιτιολογίας.

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Γ': Θεωρία 2 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να γνωρίσει ο καταρτιζόμενος την ειδική διατροφή που θα πρέπει να ακολουθήσει ένας αθλητής ή ένας αθλούμενος για να μεγιστοποιήσει την απόδοσή του, προσπατώντας παράλληλα την υγεία του.

- Θρεπτικά συστατικά διαίτας: Ειδικές απαιτήσεις αθλητών ή αθλούμενων σε υδατάνθρακες, πρωτεΐνες, λίπη, βιταμίνες, ανόργανα στοιχεία και νερό
- Θερμιδικές απαιτήσεις αθλητών ή αθλούμενων: Βασικός μεταβολισμός, φύλο, ηλικία, κλίμα, μέγεθος και σύσταση σώματος, φυσική δραστηριότητα
- Δίαιτα και αθλητισμός
  - Διατροφή κατά άθλημα
  - Διατροφή των αθλητών στα διάφορα στάδια της προετοιμασίας τους
  - Διατροφή των αθλητών ανάλογα με την εποχή, την ηλικία, το φύλο και τις ατομικές ιδιομορφίες τους
  - Τρόπος σύνταξης διαιτολογίου ενός αθλητή ή αθλούμενου
- Εργογόνες ουσίες, δυναμωτικά και βιοτονωτικά.

### **ΜΑΘΗΜΑ : ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Γ': Θεωρία 2 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να γνωρίσει ο καταρτιζόμενος τις βασικές αρχές της ψυχολογίας.

- Ρόλος της διατροφής στην πνευματική ανάπτυξη (σχολική ηλικία, εφηβεία)
- Ικανότητα μάθησης
- Υπερκινητικότητα
- Συμπεριφορά του ατόμου (όρια φυσιολογικής – παθολογικής συμπεριφοράς)
- Συμπεριφορά ως προς τη διατροφή
- Ψυχικές διαταραχές και επίπτωση στη διατροφή του ατόμου
- Ρόλος της ηλικίας και παράγοντες που επηρεάζουν τη σχέση: ψυχική υγεία – σωστή διατροφή
- Βουλιμία – ανορεξία – αποστροφή
- Θεραπευτική αγωγή.

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ I, II**

ΕΞΑΜΗΝΟ Γ': Εργαστήριο 4 ώρες / εβδομάδα

ΕΞΑΜΗΝΟ Δ': Εργαστήριο 6 ώρες / εβδομάδα

ΕΞΑΜΗΝΟ Γ'

Στόχος του μαθήματος είναι να μπορεί ο καταρτιζόμενος να εφαρμόσει τη θεωρία που διδάχθηκε στο μάθημα της διατροφής και να γνωρίσει τις νέες μεθόδους παρασκευής τροφίμων που είναι σχετικές με τον υγιεινό τρόπο μαγειρέματος.

## ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: «ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ»

- Πηγές τροφίμων
  - Φυτικά τρόφιμα (ξηροί καρποί, σπόροι, δημητριακά, όσπρια, λαχανικά, φρούτα, ρίζες, κόνδυλοι)
  - Ζωικά τρόφιμα (γάλα και γαλακτοκομικά προϊόντα, κρέας, πουλερικά, ψάρια, οστρακοειδή)
- Σύσταση τροφίμων
  - Ποιότητα των τροφίμων
  - Ανάγκες του ανθρώπου σε τρόφιμα (γάλα και γαλακτοκομικά προϊόντα, φρούτα και λαχανικά, κρέας και πουλερικά, ψάρια, δημητριακά και τα προϊόντα τους)
  - Φυτοφαγία – Κρεατοφαγία
- Επίδραση της μεθόδου παρασκευής, του χρόνου και της θερμοκρασίας παρασκευής των τροφίμων στα θρεπτικά συστατικά τους
- Αποθήκευση τροφίμων
- Απόψυξη κατεψυγμένων τροφίμων
- Προετοιμασία πρώτων υλών
- Παρασκευή τροφίμων
  - Χρήση και μέθοδος σκεύους – Χρησιμοποίηση σκευών συνεχούς λειτουργίας
  - Μικροκύματα
  - Νέες μέθοδοι παρασκευής τροφίμων
- Συνταγές
  - Διαιτητικές (light) συνταγές, συνταγές για αδυνάτισμα
  - Ειδικές συνταγές για ασθενείς (διαβητικούς, καρδιοπαθείς κ.ά.)
  - Συνταγές από εθνικές κουζίνες (ελληνική, αραβική, κινέζικη κουζίνα κ.ά.).

### ΕΞΑΜΗΝΟ Δ´

Στόχος του μαθήματος είναι να μπορεί ο καταρτιζόμενος να εφαρμόσει τη θεωρία που διδάχθηκε στο μάθημα της διατροφής και να ασκηθεί στην παρασκευή ειδικών διαιτολογίων.

- Εντερική διατροφή
- Παρασκευή ειδικών διαιτολογίων
  - Διαιτολόγιο ελεύθερο γλουτένης
  - Διαιτολόγιο χαμηλό σε λιπαρά (40 γρ., 50 γρ., 60γρ. λίπους) – χρήση λαδιού μέσης αλύσου (Mct oil) στο μαγείρεμα
  - Διαιτολόγιο χαμηλό σε πρωτεΐνες (30-150 γρ.)
  - Διαιτολόγιο με περιορισμό στο νάτριο / στο κάλιο
  - Ειδικά διαιτολόγια συνδυασμένα με διαβητικά, υποθερμιδικά κλπ.

### ΜΑΘΗΜΑ: ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΥΓΙΩΝ ΑΤΟΜΩΝ

ΕΞΑΜΗΝΟ Γ´: Θεωρία 2 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να κατανοήσει ο καταρτιζόμενος τη μεθοδολογία της σχεδίασης διαιτολογίου για υγιή άτομα, με πρόσκαιρη και ευκαιριακή μεταβολή βάρους.

- Εισαγωγή
  - Οι ημερήσιες διατροφικές απαιτήσεις και οι παράγοντες που τις επηρεάζουν ανάλογα με την ηλικία
  - Οι γενικοί κανόνες σωστής διατροφής και πώς μετατρέπονται ανάλογα με την ηλικία

## ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: «ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ»

- Κύηση και διατροφή
  - Γενικές διαιτητικές οδηγίες για εγκύους
  - Διατροφικές απαιτήσεις κατά την κύηση (θερμιδικές, πρωτεϊνικές κλπ.)
  - Παχύσαρκτη έγκυος και διατροφή
- Θηλασμός και διατροφή (Διατροφικές απαιτήσεις – Γενικές διαιτητικές οδηγίες για το θηλασμό)
- Διατροφή στη βρεφική και την παιδική ηλικία
  - Μέθοδοι σίτισης στη βρεφική ηλικία. Θηλασμός ή διατροφή με υποκατάστατο μητρικού γάλακτος
  - Γενικές οδηγίες για τη σύνταξη παιδικών διαιτολογίων
  - Διατροφικές απαιτήσεις και συνήθειες στη σχολική ηλικία
  - Αντιμετώπιση της παχυσαρκίας στην παιδική ηλικία
- Διατροφή ενηλίκων
  - Διατροφικές συνήθειες και απαιτήσεις των ενηλίκων
  - Γενικές οδηγίες για τη σύνταξη διαιτολογίων
  - Διατροφικές απαιτήσεις των χορτοφάγων
- Διατροφή στην τρίτη ηλικία
  - Διατροφικές συνήθειες και απαιτήσεις των ηλικιωμένων
  - Διατροφικοί παράγοντες που επηρεάζουν την υγεία τους.

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Δ': Θεωρία 2 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να γνωρίσει ο καταρτιζόμενος το σωστό τρόπο επικοινωνίας, ενθάρρυνσης και ψυχολογικής υποστήριξης του πελάτη προκειμένου ο τελευταίος να εφαρμόσει όσο πιο πιστά το διαιτολόγιο που του προτείνεται.

- Ο ρόλος του διαιτολόγου
- Επικοινωνία: Γλωσσικά – Μη γλωσσικά μηνύματα (σημασία – μέσα – μορφές)
- Στρατηγική στις διαπροσωπικές σχέσεις διαιτολόγου – ασθενούς
- Το άτομο ως προσωπικότητα – Ψυχολογία της προσωπικότητας και των ατομικών διαφορών
- Προβλήματα προσαρμογής – Ψυχική του υγεία του ασθενούς
- Απόκτηση εμπιστοσύνης
- Φυσιολογική / προβληματική συμπεριφορά.

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΔΙΑΤΡΟΦΗ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Δ': Θεωρία 3 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να αποκτήσει ο καταρτιζόμενος τις απαιτούμενες γνώσεις ώστε να μπορεί να ανταπεξέλθει στις απαιτήσεις του τομέα της υγείας.

- Εισαγωγή
  - Ο ρόλος του διαιτολόγου σε νοσοκομεία, κλινικές, ινστιτούτα αδυνατίσματος, οίκους ευγηρίας και φαρμακευτικές εταιρείες που ασχολούνται με την ειδική διατροφή
  - Επανάληψη θεραπευτικών διαιτολογίων
- Εντερική και παρεντερική διατροφή
  - Διάφορες μορφές εντερικής και παρεντερικής διατροφής
  - Περιφερειακή και κεντρική παρεντερική διατροφή

## ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: «ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ»

- Υπολογισμός των βασικών απαιτήσεων σε ενέργεια, θερμιδικές ουσίες και ηλεκτρολύτες
- Συμπληρωματική χορήγηση από το στόμα – ρινογαστρική σίτιση – γαστροστομία – νηστιδοστομία
- Διατροφή σε ασθενείς εμπύρετους, με τραύματα – εγκαύματα, μετά από χειρουργικές επεμβάσεις (μεταβολικές αντιδράσεις του οργανισμού, απαιτήσεις σε ενέργεια και θρεπτικές ουσίες, διαιτολογική αντιμετώπιση)
- Νεφροπάθειες
  - Επανάληψη του κεφαλαίου περί νεφροπαθειών
  - Οξεία νεφρική ανεπάρκεια (ΟΝΑ), χρόνια νεφρική ανεπάρκεια (ΧΝΑ), νεφρωσικό σύνδρομο, νεφρολιθίαση, μεταμόσχευση – η διαιτητική τους αντιμετώπιση.

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΑ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Δ': Θεωρία 3 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να γνωρίσει ο καταρτιζόμενος τη φαρμακολογική αντιμετώπιση κάθε παθολογικής ασθένειας.

#### **1. ΓΕΝΙΚΗ ΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΑ**

- Φάρμακα: προέλευση, μορφές φαρμάκων – σκευάσματα, ονομασίες, δόσεις, συνταγές
- Τρόπος αντίδρασης των φαρμάκων
  - Γενικά
  - Θεωρία των υποδοχέων
  - Δεσμοί φαρμάκων – υποδοχέων
  - Σχέση δομής – δράσης
  - Ανταγωνισμός
- Φάρμακα: απορρόφηση, διανομή (κατανομή), αποθήκευση, μεταβολισμός, αποβολή (απέκκριση)
- Παράγοντες που επηρεάζουν την ενέργεια ενός φαρμάκου
  - Γενικά
  - Ατομική ευαισθησία
  - Ιδιοσυγκρασία
  - Υπερευαισθησία (αλλεργία)
  - Συνύπαρξη άλλης ασθένειας
  - Η ηλικία και το βάρος
  - Αθροιστική / Δυναμική συνέργεια φαρμάκων
  - Αντοχή
  - Εξάρτηση (εθισμός).

#### **2. ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΗ ΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΑ**

- Φάρμακα του αυτόνομου νευρικού συστήματος
  - Γενικά
  - Φάρμακα του συμπαθητικού / παρασυμπαθητικού
  - Αντιυπερτασικά φάρμακα
  - Μυοχαλαρωτικά φάρμακα
- Φάρμακα του κεντρικού νευρικού συστήματος (ΚΝΣ)
  - Νευρομεταβιβαστικές ουσίες του ΚΝΣ
  - Υπνωτικά φάρμακα
  - Ψυχοφάρμακα
  - Ψευδαισθησιογόνα

## ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: «ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ»

- Αντιεπιληπτικά φάρμακα
- Γενικά / τοπικά αναισθητικά φάρμακα
- Αναλγητικά (παυσίπονα) φάρμακα
- Διεγερτικά (του ΚΝΣ) φάρμακα ή ψυχοδιεγερτικά
- Φάρμακα του ενδοκρινικού συστήματος
  - Γενικά
  - Υπόφυση
  - Θυρεοειδής – Παραθυρεοειδείς αδένες
  - Πάγκρεας
  - Επινεφρίδια
  - Ορχείς / Ωοθήκες
  - Θηλασμός
- Φάρμακα του καρδιαγγειακού συστήματος
  - Γενικά
  - Καρδιοτονωτικά φάρμακα
  - Αντιαρρυθμικά φάρμακα
  - Αντιστηθαγγικά φάρμακα
- Φάρμακα του πεπτικού συστήματος (Γενικά – Φάρμακα που δρουν στο στομάχι / στο έντερο)
- Φάρμακα του ουροποιητικού συστήματος (Γενικά – Διουρητικά φάρμακα)
- Φάρμακα του αιμοποιητικού συστήματος (Γενικά – Αντιαναιμικά φάρμακα –Αντιπηκτικά φάρμακα)
- Ανοσολογικό σύστημα
  - Γενικά – Ανοσολογικός μηχανισμός
  - Φλεγμονή
  - Οροί και εμβόλια
- Αντιισταμινικά και αντισεροτονικά φάρμακα
  - Ισταμίνη – Αντιισταμινικά φάρμακα
  - Σεροτονίνη – Αντισεροτονικά φάρμακα
- Αντιμικροβιακά – χημειοθεραπευτικά φάρμακα
  - Γενικά
  - Σουλφοναμίδες
  - Αντιβιοτικά
  - Φάρμακα κατά των ιών
  - Ανθελονοσιακά φάρμακα
  - Χημειοθεραπευτικά
- Αντισηπτικά – Απολυμαντικά φάρμακα (Γενικά – Φυσικά και χημικά μέσα αντισηψίας)
- Βιταμίνες (Γενικά – Λιποδιαλυτές και υδατοδιαλυτές βιταμίνες).

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΥΓΙΕΙΝΗ & ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΣΤΟΥΣ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Δ': Θεωρία 2 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να γνωρίσει ο καταρτιζόμενος τα απαραίτητα στοιχεία ώστε να μπορεί, ως υπεύθυνος ενός κέντρου μαζικής εστίασης, να παρέχει υγιεινές συνθήκες και ασφάλεια στους χώρους εργασίας.

- Εισαγωγή
  - Μόλυνση και ρύπανση των τροφίμων – Πηγές μόλυνσης των τροφίμων
  - Σκοπός υγιεινής των εργοστασίων επεξεργασίας και διακίνησης τροφίμων
- Υγιεινή κτιριακών εγκαταστάσεων και εξοπλισμών

- Υγιεινή των πρώτων υλών
- Νερό
- Ζωικοί εχθροί
- Μικροοργανισμοί
- Απορρυπαντικές ουσίες
- Εξυγίανση
- Έλεγχος υγιεινολογικής κατάστασης.

**ΜΑΘΗΜΑ: ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΚΩΝ ΧΩΡΩΝ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Δ': Θεωρία 3 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να μάθει ο καταρτιζόμενος να οργανώνει και να διοικεί ένα κέντρο μαζικής εστίασης.

- Οργάνωση και διοίκηση εμπορικών επιχειρήσεων – καταστημάτων
- Διοικητικά συστήματα
- Αρχές μάρκετινγκ υπηρεσιών
- Διοίκηση πωλήσεων
- Διοίκηση προσωπικού
- Οικονομική διοίκηση και αποθέματα
  - Ανάλυση κόστους
  - Παραγωγικότητα
- Ποιοτικός έλεγχος

**ΜΑΘΗΜΑ: ΚΛΙΝΙΚΗ ΠΑΘΟΛΟΓΙΑ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Δ': Θεωρία 3 ώρες / εβδομάδα

Στόχος του μαθήματος είναι να λάβει ο καταρτιζόμενος τις βασικές αρχές της κλινικής παθολογίας κάθε ασθένειας, για να κατανοήσει καλύτερα τη διαιτητική αντιμετώπισή της.

**1. ΚΛΙΝΙΚΗ ΠΑΘΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ ΑΙΜΑΤΟΣ**

- Αναιμίες
- Ισχαιμική καρδιοπάθεια
- Ανοσοποιητικό σύστημα

**2. ΚΛΙΝΙΚΗ ΠΑΘΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ ΠΕΠΤΙΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ**

- Οισοφαγίτιδα
- Γαστρίτιδα
- Πεπτικά έλκη
- Εντεροπάθεια από γλουτένη
- Ελκωτική κολίτιδα
- Νόσος του Crohn
- Ευερέθιστο παχύ έντερο
- Εκκολπωματώση του εντέρου
- Ηπατοπάθειες (Οξεία / Χρόνια, κίρρωση του ήπατος)
- Χολοκυστοπάθειες – Χολοκυστίτιδα – Χολολιθίαση
- Παγκρεατίτιδα (Οξεία / Χρόνια)

**ΜΑΘΗΜΑ: ΑΓΓΛΙΚΑ**



ΕΞΑΜΗΝΟ Α΄, Β΄, Γ΄, Δ΄: Θεωρία 3 ώρες/ εβδομάδα

ΕΞΑΜΗΝΟ Α΄ και Β΄  
Γενικά Αγγλικά (γραμματική, συντακτικό, λεξιλόγιο).

ΕΞΑΜΗΝΟ Γ΄ και Δ΄  
Αγγλική ορολογία της συγκεκριμένης ειδικότητας.

### **ΜΑΘΗΜΑ: ΧΡΗΣΗ Η/Υ**

ΕΞΑΜΗΝΟ Α΄, Β΄: Εργαστήριο 2 ώρες / εβδομάδα

ΕΞΑΜΗΝΟ Α΄

#### **1. Είσοδος (2 ώρες)**

Γνωριμία με το υλικό: συσκευές εισόδου.

Πληκτρολόγιο. Ποντίκι Π.Υ. Σαρωτής (Scanner). Ψηφιακές κάμερες. Άλλες συσκευές εισόδου. Ασκήσεις: συσκευές εισόδου.

Κατανόηση του λογισμικού: δεδομένα και διαμόρφωση εισόδων.

Έννοια δεδομένων και είδη δεδομένων. Είδη δεδομένων. Ψηφίο (bit) και χαρακτήρας (byte). Ασκήσεις: δεδομένα και διαμόρφωση εισόδων.

Εφαρμογή στον υπολογιστή: είσοδος δεδομένων.

Ασκήσεις: είσοδος δεδομένων.

#### **2. Επεξεργασία (2 ώρες)**

Γνωριμία με το υλικό: συσκευές επεξεργασίας.

Επεξεργαστής και διασυνδέσεις. Περιφερειακές μονάδες αποθήκευσης (εξωτερικές μνήμες). Κριτήρια απόδοσης και επιλογής. Ασκήσεις: συσκευές επεξεργασίας.

Κατανόηση του λογισμικού: προγράμματα.

Προγράμματα συστήματος, προγράμματα εφαρμογών. Γλώσσες προγραμματισμού και εργαλεία εφαρμογών. Διασυνδέσεις χρήστη (user interfaces). Ασκήσεις: προγράμματα.

Εφαρμογή στον υπολογιστή: εκκίνηση και χρήση.

Εκκίνηση προσωπικών υπολογιστών. Είδη λειτουργίας. Λειτουργίες των λειτουργικών συστημάτων. Ασκήσεις: εκκίνηση και χρήση.

#### **3. Έξοδος (2 ώρες)**

Γνωριμία με το υλικό: συσκευές εξόδου.

Οθόνη και κάρτα γραφικών. Εκτυπωτές και σχεδιογράφος. Κάρτα ήχου και ηχεία. Ασκήσεις: συσκευές εξόδου.

Κατανόηση του λογισμικού: αρχεία.

Είδη αρχείων. Οργάνωση αρχείων. Ασκήσεις: αρχεία.

Εφαρμογή στον υπολογιστή: έξοδος δεδομένων.

Έξοδος και μορφοποίηση δεδομένων. Εξασφάλιση δεδομένων. Προστασία δεδομένων. Ασκήσεις: έξοδος δεδομένων.

#### **4. Οργάνωση εργασίας με τον Π.Υ. (4 ώρες)**

Πρώτα βήματα. Χρήση του μενού Έναρξη. Χρήση εφαρμογών και παραθύρων. Χρήση προγραμματιστικών λειτουργιών. Διαχείριση αρχείων και φακέλων. Δουλεύοντας με φακέλους. Αντιγραφή, αποκοπή, μετονομασία, διαγραφή και αναπαραγωγή αρχείων. Αναζήτηση αντικειμένων. Διαμόρφωση του εικονιδίου Ο Υπολογιστής μου. Χρήση συντομεύσεων. Διαμόρφωση της εξερεύνησης. Διαχείριση φορέων δεδομένων. Ρυθμίσεις προβολών. Βοήθειες. Χρήση πρόχειρης μνήμης: αντιγραφή, αποκοπή, επικόλληση.

#### **5. Επεξεργασία κειμένου (18 ώρες)**

Συνοπτικά το πρόγραμμα. Βασικά μέρη επιφάνειας εργασίας. Γραμμές εργαλείων. Παραγωγή κειμένων. Εισαγωγή κειμένου. Συνεχόμενο κείμενο, τέλος παραγράφου, πρόωρη

αλλαγή γραμμής. Μετακίνηση δρομέα στο κείμενο. Διόρθωση λαθών. Αντιγραφή, μετακίνηση, αποκοπή. Εκτύπωση κειμένων. Μορφοποίηση κειμένων. Επιλογή κειμένου. Γραμματοσειρές, μέγεθος, στίλ. Χρήση διαφόρων προβολών. Διαμόρφωση παραγράφων. Διαμόρφωση αποστάσεων και εσοχών. Δουλεύοντας με στηλοθέτες. Διαμόρφωση περιγραμμάτων. Διαμόρφωση εγγράφων. Χρήση επικεφαλίδων και υποσέλιδων. Εισαγωγή αρίθμησης σελίδων. Χρήση συμβόλων. Εισαγωγή γραφικών στο κείμενο. Δουλεύοντας με πίνακες. Χρήση πεδίων κειμένου. Χρήση κουκίδων και αριθμήσεων. Διευρυμένες λειτουργίες επεξεργασίας κειμένων. Παραγωγή πρότυπων επιστολών. Παραγωγή αυτόματων κειμένων και σχημάτων. Χρήση αυτόματης διόρθωσης. Ορθογραφικός και γραμματικός έλεγχος. Χωρισμός συλλαβών και λεξικό συνωνύμων. Εύρεση και αντικατάσταση. Προσαρμογή συμβόλων και γραμμών εργαλείων.

## Β' ΕΞΑΜΗΝΟ

### 1. Υπολογιστικά φύλλα (18 ώρες)

Συνοπτικά το πρόγραμμα. Βασικά μέρη επιφάνειας εργασίας. Γραμμές εργαλείων. Εξοικείωση με πίνακες. Κίνηση στον πίνακα. Εισαγωγή δεδομένων και αλλαγή. Επιλογές και μετακινήσεις περιοχών. Εκτέλεση υπολογισμών. Παραγωγή τύπων. Χρήση συναρτήσεων. Αυτόματη εκτέλεση και υπολογισμός σειρών. Δόμηση πινάκων. Σχετικές και απόλυτες αναφορές. Χρήση ονομάτων. Εισαγωγή και διαγραφή γραμμών και στηλών. Ταξινόμηση πινάκων. Προστασία κελιών. Οπτική προετοιμασία πινάκων. Μορφοποίηση γραμματοσειρών. Μορφοποίηση αριθμών. Περιγράμματα και σκίαση. Στοιχίση περιεχομένων κελιών. Πλάτος στηλών και ύψος γραμμών. Αυτόματη μορφοποίηση. Εκτύπωση πινάκων. Διαχείριση αποθεμάτων δεδομένων. Συλλογή δεδομένων. Αναζήτηση εγγραφών. Φιλτράρισμα εγγραφών. Χρήση διαγραμμάτων (γραφημάτων). Παραγωγή γραφημάτων. Διαμόρφωση γραφημάτων. Κανόνες για τη διαμόρφωση γραφημάτων.

### 2. Επικοινωνία με τον Η/Υ (2 ώρες)

Γνωριμία με το υλικό: συσκευές επικοινωνίας.

Τα βασικά περί δικτύων. Συσκευές για εξ αποστάσεως μετάδοση δεδομένων. Ασκήσεις: συσκευές επικοινωνίας.

Εφαρμογή στον υπολογιστή: δίκτυα και Ίντερνετ.

Επικοινωνία σε δίκτυο. Το Ίντερνετ. Ασκήσεις: δίκτυα και Ίντερνετ.

### 3.α) Διαδίκτυο – Ίντερνετ (8 ώρες)

Εισαγωγή στο διαδίκτυο. Επιλογή παροχέα. Βασικά μέρη οθόνης του Internet Explorer. Εισαγωγή μιας διεύθυνσης διαδικτύου. «Σερφάροντας» στο www. Χρήση του ιστορικού. Διαχείριση αγαπημένων. Αναζήτηση πληροφοριών. Μηχανές αναζήτησης και κατάλογοι. Κριτήρια αναζήτησης. Ρυθμίσεις του browser. Καθορισμός αρχικής σελίδας. Αποφυγή προσωρινών δεδομένων. Καθορισμός συνθηματικών. Ασφαλές «σερφάρισμα». Χρήση αντιβιοτικών. Επεξεργασία πληροφοριών από το διαδίκτυο. Αποθήκευση περιεχομένων διαδικτύου. Εκτύπωση και επεξεργασία περιεχομένων. Κατέβασμα αρχείων. Επικοινωνία στο διαδίκτυο. Δήλωση διεύθυνσης ηλεκτρονικού ταχυδρομείου.

### β) Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο (e-mail)

Το πρόγραμμα συνοπτικά. Βασικά μέρη επιφάνειας εργασίας. Εισερχόμενα. Ημερολόγιο. Επαφές (διαχείριση διευθύνσεων). Εξερχόμενα. Σημειώσεις. Χρήση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου. Γραμμή εργαλείων. Απαντήσεις και προωθήσεις. Διαχείριση επαφών.

## ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑΣ

### 1. Εργαστήριο Διαιτητικής

**α. Διαμόρφωση Χώρων**

Χώρος: 50 τ.μ. για 28 σπουδαστές, διαρρυθμισμένος σε 2 τμήματα: α. καθιστικό ανάλογου αριθμού θέσεων, και β. κουζίνα – μαγειρείο, με 10 ερμάρια φύλαξης τροφίμων και σκευών μαγειρείου και σερβιρίσματος. Εντός του χώρου αυτού υπάρχει ηλεκτρική κουζίνα τεσσάρων εστιών και φούρνος, ηλεκτρικό ψυγείο, απορροφητήρας, νεροχύτης με παροχή ψυχρού και θερμού νερού, καθώς και πάγκο επίδειξης διαστάσεων 2,5 x 0,50 μ.

**β. Εξοπλισμός**

<b>Είδη</b>	<b>Τεμάχια</b>
Ηλεκτρικό μίξερ	1
Καφετιέρα	1
Ζυγαριά τροφίμων κουζίνας	3
Φλιτζάνια μέτρησης	3
Κουτάλια μέτρησης μεταλλικά	5
Σπάτουλες ξύλινες, πλαστικές ή μεταλλικές	5
Κουτάλια μεγάλα (θερμοανθεκτικά)	2
Πιρούνια μεγάλα, μικρότερα, μεγαλύτερα	2
Κουτάλια ξύλινα, διαφορετικού μεγέθους	3
Σετ μαχαιριών κουζίνας	1
Κόσκινο	1
Πλάστης για ζύμη	2
Ανοιχτήρι για μπουκάλια και κονσέρβες	5
Μπρίκια διάφορα	3
Τρίφτης (τετραπλός)	3
Χωνιά μεταλλικά ή πλαστικά	3
Ψαλίδι κουζίνας	1
Βουρτσάκι φιαλών	5
Λεμονοσύφτης	3
Θερμόμετρο φούρνου	2
Σετ πιρουνιών, τρυπητή κουτάλα (μεταλλικά)	2
Ξύλινες σανίδες	5
Πατατοκαθαριστής	5
Χειροκίνητο μίξερ	2
Διάφορα μπολ (γυάλινα ή ανοξείδωτα σε διάφορα μεγέθη)	5
Ταψιά (διάφορα μεγέθη και σχήματα) ανά είδος	2
Φορμάκια ατομικά	10
Τηγάνια διάφορα	3
Πυρέξ ταψιά	2
Κατσαρόλες διαφόρων μεγεθών	5
Καλαθάκι λαχανικών σε όλα τα μεγέθη για μαγείρεμα στον ατμό	2
Πιάτα διαφόρων μεγεθών	30
Μαχαιροπήρουνα – Κουτάλια	12
Ποτήρια και φλιτζάνια	12
Πετσέτες κουζίνας	10
Πιαστράκια κουζίνας	10
Ποδιά κουζίνας	5

**2. Εργαστήριο Πληροφορικής**

ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: «ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ»

Οι ανάγκες του Εργαστηρίου αυτού καλύπτονται από το Εργαστήριο 702 του τομέα Πληροφορικής.

**Προσόντα εκπαιδευτών**

<b>ΜΑΘΗΜΑ</b>	<b>ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΣ</b>
Ειδικά θέματα φυσικής	Πτυχιούχος ΑΕΙ Φυσικής
Γενική χημεία Αναλυτική χημεία Χημεία τροφίμων	Πτυχιούχος ΑΕΙ Χημείας Πτυχιούχος ΑΕΙ Χημικός Μηχανικός
Ανατομία – Φυσιολογία Νοσολογία Κλινική παθολογία	Πτυχιούχος ΑΕΙ Ιατρικής
Φαρμακολογία	Πτυχιούχος ΑΕΙ Φαρμακευτικής
Μοριακή Βιολογία – Γενετική Βιοχημεία	Πτυχιούχος ΑΕΙ Μοριακής Βιολογίας και Γενετικής Πτυχιούχος ΑΕΙ Βιολογίας Πτυχιούχος ΑΕΙ Βιοχημείας και Βιοτεχνολογίας Πτυχιούχος ΑΕΙ Βιολογικών Εφαρμογών και Τεχνολογιών Πτυχιούχος ΑΕΙ Χημείας
Βιοστατιστική	Πτυχιούχος ΑΕΙ Μαθηματικός Πτυχιούχος ΑΕΙ Στατιστικής
Μικροβιολογία	Πτυχιούχος ΑΕΙ Ιατρός Μικροβιολόγος Πτυχιούχος ΤΕΙ Ιατρικών Εργαστηρίων Πτυχιούχος ΤΕΙ Τεχνολογίας Τροφίμων Πτυχιούχος ΤΕΙ Δημόσιας Υγιεινής Πτυχιούχος ΑΕΙ Βιολόγος Πτυχιούχος ΑΕΙ Ιατρικής
Ψυχοκοινωνιολογία και διατροφή	Πτυχιούχος ΑΕΙ Επιστήμης Διαιτολογίας και Διατροφής Πτυχιούχος ΤΕΙ Διατροφής και Διαιτολογίας
Ψυχολογία και διατροφή Ψυχολογία	Πτυχιούχος ΑΕΙ Επιστήμης Διαιτολογίας και Διατροφής Χαροκόπειου Πτυχιούχος ΤΕΙ Διατροφής και Διαιτολογίας Πτυχιούχος ΑΕΙ Ψυχολογίας
Υγιεινή και ασφάλεια στους εργασιακούς χώρους	Πτυχιούχος ΑΕΙ Επιστήμης Διαιτολογίας και Διατροφής Χαροκόπειου Πτυχιούχος ΤΕΙ Διατροφής και Διαιτολογίας Πτυχιούχος ΤΕΙ Τεχνολογίας Τροφίμων Πτυχιούχος ΤΕΙ Δημόσιας Υγιεινής Πτυχιούχος ΤΕΙ Ιατρικών Εργαστηρίων
Οργάνωση και διοίκηση διαιτολογικών χώρων	Πτυχιούχος ΑΕΙ Επιστήμης Διαιτολογίας και Διατροφής Πτυχιούχος ΑΕΙ Οργάνωσης και Διοίκησης Επιχειρήσεων ή Οικονομικών, με εμπειρία σε σχετικό αντικείμενο

ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: «ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ»

Αγγλικά	Πτυχιούχος Αγγλικής Φιλολογίας
Χρήση Η/Υ	Πτυχιούχος ΑΕΙ / ΤΕΙ Πληροφορικής
Αρχές διατροφής Τεχνικές παρασκευής διατροφής Νομοθεσία και δεοντολογία Θεραπευτική διαιτολογία Παχυσαρκία και μεταβολισμός Διατροφή Διατροφή υγιών ατόμων	Πτυχιούχος ΑΕΙ Επιστήμης Διαιτολογίας και Διατροφής Πτυχιούχος ΤΕΙ Διατροφής και Διαιτολογίας Πτυχιούχος ΤΕΙ Τεχνολογίας Τροφίμων
Αθλητισμός και διατροφή	Πτυχιούχος ΑΕΙ Ιατρικής (κατά προτίμηση Αθλίαντρος) Πτυχιούχος ΑΕΙ Διαιτολογίας
Βιοτεχνολογία	Πτυχιούχος ΑΕΙ Μοριακής Βιολογίας και Γενετικής Πτυχιούχος ΑΕΙ Βιολογίας ΑΕΙ Βιοχημείας και Βιοτεχνολογίας Πτυχιούχος ΑΕΙ Βιολογικών Εφαρμογών και Τεχνολογιών Πτυχιούχος ΑΕΙ Χημείας Πτυχιούχος ΤΕΙ Τεχνολογίας Τροφίμων
Ανθρώπινες σχέσεις – Επικοινωνία	Πτυχιούχος ΑΕΙ Ψυχολογίας Πτυχιούχος ΑΕΙ Κοινωνιολογίας
Φάρμακολογία	Πτυχιούχος Φαρμακοποιός
Έλεγχος και καταλληλότητα τροφίμων	Πτυχιούχος ΤΕΙ Τεχνολογίας Τροφίμων

Σημείωση: Για τα εργαστηριακά μαθήματα απαιτείται ζετής εργασιακή εμπειρία