ZPR:

1. Katere so socialne bolezni?
2. Kaj je dieta?Je predpisana hrana za zdravega ali bolnega človeka. .Dietetika?Je veda o prehrani in zdravem načinu življenja. Diatetiko lahko vključimo v vsa področja medicine. Medicinska diatetika zajema higijeno prehrane, družbeno diatetiko, klinično prehrano in rehabilitacijsko diatetiko.
3. Z.P.-iz česa je sestavljena?:
* uravnotežene prehrane
* varne prehrane
* funkcionalne prehrane
* biološko in gastronomsko sprejemljive hrane.
1. Kakšne so energijske potrebe posameznika?So odvisne od spola, starosti, teže, dela ki ga posameznik opravlja.4-5obrokov na dan:

zajterk->30%,

Malica->10%,

Kosilo->30%

Malica->10%

Večerja->20%

1. Indeks telesne teže.

18,49podhranjen

18,5-24,9normalno prehranjen

25-29,9čezmerno prehranjeni debelost 1.stopnje

30,0-39,9debeli, debelost 2. stopnje

40-> izredno debeli,debelost 3. stopnje

Debelost: Debelost je ekstremna oblika prekomerne teže, ki se pojavi, ko telo ustvari več energije kot pa jo potroši. Višek, ki pride od maščob, ogljikovih hidratov, beljakovin in alkohola, se v telesu skladišči v obliki maščobe. ZDRAVLJENJE:

• uživanje čim bolj zdrave in uravnotežene hrane,

• gibanje, fizično delo in rekreacijo,

• vzdrževanje zmanjšane telesne teže.

Vrste motenj prehranjevanja:

Anoreksija nervoza

Bulimija nervoza

Bulimija nervoza

Zdravljenje:

Medicinsko zdravljenje

Psihosocialno zdravljenje

Vloga skupin za samopomoč

Okrevanje

1. Kaj je aditiv? **Aditiv** je kemični dodatek [živilu](http://sl.wikipedia.org/wiki/%C5%BDivilo), ki se uporablja z namenom [konzerviranja](http://sl.wikipedia.org/wiki/Konzervacija), zgoščevanja ali razredčevanja, obarvanja ali »dodajanja« [arom](http://sl.wikipedia.org/w/index.php?title=Aroma&action=edit&redlink=1) le-temu.
2. Sladila:**Sladila** so naravne ali sintetične [spojine](http://sl.wikipedia.org/wiki/Spojina), ki imajo v primerjavi z belim [sladkorjem](http://sl.wikipedia.org/wiki/Sladkor) bistveno večjo [sladilno moč](http://sl.wikipedia.org/w/index.php?title=Sladilno_mo%C4%8D&action=edit&redlink=1) in majhno [energijsko vrednost](http://sl.wikipedia.org/w/index.php?title=Energijska_vrednost&action=edit&redlink=1).
3. Dietna živila:
4. Lahko varovana hrana.
5. Ogljikovi hidrati? Ogljikovi hidrati so nujni za ustvarjanje [glikogena](http://sl.wikipedia.org/wiki/Glikogen) v [mišicah](http://sl.wikipedia.org/wiki/Mi%C5%A1ica) ter predstavljajo osnovno hranilo za [živčni sistem](http://sl.wikipedia.org/wiki/%C5%BDiv%C4%8Dni_sistem).
6. Maščobe v hrani?