

Tematy seminariów
Wiedza o żywności i żywieniu – DIETETYKA I ROK
Katedra i Zakład Bromatologii
Uniwersytet Medyczny im. K. Marcinkowskiego w Poznaniu

1. Żywność i żywienie w twórczości wielkich artystów
2. Probiotyki i prebiotyki – ich wpływ na zdrowie człowieka
3. Antyoksydanty w diecie (z wyłączeniem witamin) – ich źródła, korzyści i zagrożenia
4. Resweratrol w kontekście paradoksu francuskiego
5. Żywność funkcjonalna i nutraceutyki w zdrowiu i w chorobie
6. Żywność niskoenergetyczna
7. Żywność specjalnego przeznaczenia żywieniowego – żywność bezglutenowa
8. Żywność specjalnego przeznaczenia żywieniowego – żywność niskobiałkowa
9. Żywność specjalnego przeznaczenia żywieniowego – żywność niskocukrowa
10. Żywność fortyfikowana
11. Słodziki naturalne
12. Słodziki syntetyczne
13. Żywność konwencjonalna, wygodna a żywność ekologiczna
14. Zmiany sposobu żywienia na przestrzeni dziejów
15. Margaryna czy masło?
16. Znaczenie wody w organizmie. Wody mineralne i źródlane
17. „Superfoods” czyli leki prosto z warzywniaka
18. Czynniki kulturowe i społeczne sposobu żywienia
19. Czynniki psychologiczne sposobu żywienia
20. Anorexia nervosa
21. Bulimia nervosa
22. Niespecyficzne zaburzenia odżywiania
23. Cechy osobowości a sposób żywienia
24. Ortoreksja
25. Wartość odżywcza warzyw i owoców w zależności od koloru

(czerwone, pomarańczowe, fioletowe)

26. Wartość odżywcza warzyw i owoców w zależności od koloru (białe, żółte, zielone)
27. Przyprawy przyspieszające przemianę materii
28. Kawa i herbata – ich wpływ na zdrowie
29. Napoje fermentowane – ich wpływ na zdrowie
30. Morwa biała – liście i owoce jako produkt dla diabetyków
31. Czystek, Lapacho, Yerba mate, Rooibos – sekret ich zdrowotnych właściwości
32. Produkty śniadaniowe (płatki, musli, crunchy) – charakterystyka, wartość odżywcza, wpływ na zdrowie
33. Odżywki dla sportowców –charakterystyka, skład, wady i zalety
34. Napoje izotoniczne – charakterystyka, wartość odżywcza
35. Olej arganowy, lniany oraz z szarłatki – źródła, wpływ na organizm
36. Nasiona jako cenne źródło składników odżywczych
37. Miód naturalny, propolis i inne produkty pszczelarskie
38. Sterole i stanole roślinne
39. Żywność a wydolność psychofizyczna człowieka (miłorząb japoński, żeń-szeń, echinacea)
40. Szpinak – fakty i mity
41. Amarantus, komosa ryżowa, babka jajowata –wartość odżywcza, charakterystyka żywieniowa i zastosowanie
42. Chroniona Nazwa Pochodzenia, Chronione Oznaczenie Geograficzne, Gwarantowana Tradycyjna Specjalność –charakterystyka, przykłady
43. Napoje energetyczne a zdrowie
44. Suplementy wspomagające odchudzanie
45. Preparaty ziołowe wspomagające odchudzanie
46. Ryby oraz oleje rybne a zdrowie
47. Jaja –wartość odżywcza, fakty i mity
48. Tabele składu produktów spożywczych jako źródło informacji o wartości odżywczej produktów spożywczych
49. Zmysł smaku (słony, słodki, kwaśny, gorzki, umami)
50. Choroby odzwierzęce pasożytnicze – produkty spożywcze jako źródło zakażenia