

ALATOITUMUS JA TOITUMISTERAAPIA ROLL

Täienduskoolitusasutuse nimetus

Rahvatervise Akadeemia (Nutrilligent OÜ).

Õppekava nimetus

Alatoitumus ja toitumisteraapia roll.

Õppekavarühm

0915 Teraapia ja taastusravi õppekavarühm.

Õppekava koostamise alus

Toitumisenõustaja, tase 5 kutsestandard, kompetents B.2.1, B.2.2, B.2.3. Toitumisterapeut, tase 6 kutsestandard, kompetents B.2.1, B.2.2, B.2.3.

Õppe eesmärk

Koolituse tulemusel teab õppija alatoitumusliku seisundi tüüpe, tunnuseid ning väljakujunemise põhjuseid. Õppija oskab tuvastada alatoitumust ning anda tõenduspõhiseid toitumissoovitusi.

Sihtgrupp

Toitumisenõustajad, toitumisterapeutid, tervishoiutöötajad.

Õpiväljundid

Kursuse lõpetanud õpilane:

- teab alatoitumuse erinevaid tüüpe ning nende väljakujunemise põhjuseid;
- oskab tuvastada alatoitumust, sh laste alatoitumust ehk kasvupeetust;
- saab ülevaate alatoitumuse patofüsioloogiast;
- annab alatoitumuse korral sobivaid suukaudseid toitumis- ja toidusoovitusi;
- saab ülevaate alatoitumuse praktilisest käsitlesest.

Õpingute alustamise tingimused

Õpilane peab olema eelnevalt läbinud toitumisenõustaja või tervishoiutöötaja väljaõppe.

Õppe kogumaht

3 akadeemilist kontakttundi.

Õppe sisu

Käsitletavad teemad:

- alatoitumuse erinevad tüübid, nt alatoitumus ilma põletikuta ning põletikuga kulgevate haiguste puhul;
- kahheksia;
- sarkopeenia;
- laste alatoitumus ehk kasvupeetus ning selle orgaanilised ja mitte-orgaanilised põhjused;
- ülevaade alatoitumuse patofüsioloogiast;
- alatoitumuse tuvastamine;
- alatoitumus haiglates ja kogukonnas;
- suukaudsed toitumis- ja toidusoovitused alatoitumuse korral;
- toitmisravi meetodid.

Õppekeskkonna kirjeldus

Õpe toimub sõltuvalt kursusest Tartus või Tallinnas. Tartus toimub kursus Nutrilligenti ning Tallinnas Rahvatervise Akadeemia koolitusruumis. Õppeklassid on varustatud tänapäevaste koolitusvahendite (pabertahvel, projektor, ekraan) ning vajaliku mööbliga, lisaks on olemas kööginurk kohvipauside tegemiseks. Kursusel on võimalus kasutada toimivat internetiühendust.

Õppematerjalide loend

Koolitusel osalejad saavad paberkujul või digitaalsed jaotusmaterjalid.

Lõpetamise tingimused

Lõpetamise tingimuseks on osalemine auditoorsel õppetööl vähemalt 75% ning tasutud õppemaks.

Väljastatavad dokumendid

Lõpetamise tingimused täitnud õpilasele väljastatakse tõend.

Koolitaja kvalifikatsioon

Koolitajad peavad omama kõrgharidust ja töökogemust õpetataval erialal. Koolitajate kvalifikatsiooniga on võimalik lähemalt tutvuda <http://rahvatervis.ee/koolitajad/>.

Kinnitatud 1. juuli 2020
Nutrilligent OÜ juhatuse otsusega