

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Волинський національний університет імені Лесі Українки
Навчально-науковий медичний інститут
Кафедра фізичної терапії та ерготерапії

СИЛАБУС

вибіркової навчальної дисципліни

Дієтологія з основами раціонального харчування

(назва дисципліни)

підготовки бакалавра (на базі диплому молодшого спеціаліста)

(назва освітнього рівня)

спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія»

(шифр і назва спеціальності)

Освітньо-професійної програми 227 «Фізична терапія, ерготерапія»

(назва освітньо-професійної освітньо-наукової/освітньо-творчої програм)

Силабус навчальної дисципліни «Дієтологія з основами раціонального харчування» підготовки “бакалавра”, галузі знань — 22 - охорона здоров'я, спеціальності — 227 - фізична терапія, ерготерапія, за освітньо-професійною програмою – 227 - фізична терапія, ерготерапія.

Розробник: Грейда Н.Б., доцент кафедри фізичної терапії та ерготерапії ВНУ ім. Лесі Українки, кандидат педагогічних наук, доцент.

Силабус навчальної дисципліни затверджений на засіданні кафедри фізичної терапії та ерготерапії

протокол № 3 від 16.10.2020 р.

Завідувач кафедри:



О. Я. Андрійчук

Силабус навчальної дисципліни перезатверджений на засіданні кафедри фізичної терапії та ерготерапії

протокол № 3 від 30.09.2021 р.

Завідувач кафедри:



(Андрійчук О. Я.)

I. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Таблиця 1

| Найменування показників | Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній ступінь | Характеристика навчальної дисципліни |
|--|--|--------------------------------------|
| Денна форма навчання | Галузь знань: 22 - Охорона здоров'я | вибіркова |
| Кількість годин/кредитів <u>150/5</u> | Спеціальність: 227 - фізична терапія, ерготерапія | Рік навчання <u>2</u> |
| | | Семестр <u>3-ий</u> |
| ІНДЗ: <u>намає</u> | Освітньо-професійна програма: 227 - фізична терапія, ерготерапія Освітній ступінь: Бакалавр на базі молодшого спеціаліста | Лекції 14 год. |
| | | Лабораторні заняття 22 год. |
| | | Самостійна робота 108 год. |
| | | Консультації 6 год. |
| | | Форма контролю: залік |

II. ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА

Викладач: Грейда Наталія Богданівна, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної терапії та ерготерапії, доцент

Комунікація зі студентами: електронною поштою, на заняттях згідно розкладу, за графіком консультацій, Greida.Natalja@vnu.edu.ua.

Розклад занять розміщено на сайті навчального відділу ВНУ: <http://194.44.187.20/cgi-bin/timetable.cgi?n=700>

Розклад консультацій. Консультації проводяться згідно розкладу, що розміщений на дошці оголошень кафедри фізичної терапії та ерготерапії.

III. ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

2. АНОТАЦІЯ КУРСУ

Навчальна дисципліна «Дієтологія з основами раціонального харчування» вивчає основні принципи харчування та становлення традиційного харчування в антропогенезі. Вона вивчає основи нутриціології, основні функції складників їжі, принципи обґрунтування харчового раціону, фізіологію харчування та особливості перетворення харчових речовин у різних відділах травної системи. Студенти вивчають концепції та теорії харчування та основні положення раціонального харчування. Під час навчального процесу розглядаються особливості лікувального харчування при порушеннях діяльності органів та систем організму.

Пререквізити (попередні курси, на яких базується вивчення дисципліни) – нормальна анатомія людини (за професійним спрямуванням); функціональна анатомія; основи практичної діяльності у фізичній терапії та ерготерапії (вступ до спеціальності); основи медичних знань та медична термінологія; методика та техніка класичного масажу, терапевтичні вправи.

Постреквізити (дисципліни, для вивчення яких потрібні знання, уміння і навички, що здобуваються після закінчення вивчення даної дисципліни) – основи загальної патології; обстеження, методи оцінки та контролю при порушенні опорно-рухового апарату; клінічний реабілітаційний менеджмент порушенні діяльності опорно-рухового апарату.

Метою викладання навчальної дисципліни «Дієтологія з основами раціонального харчування» є формування системи теоретичних знань, практичних вмінь та навичок студентів щодо організації системи харчування здорової та хворої людини на різних вікових етапах шляхом застосування сучасних наукових положень нутриціології та організації харчування в лікувально-профілактичних, оздоровчих і навчальних установах, а також методів профілактики за допомогою спеціально підібраної дієти.

Основним завданням дисципліни «Дієтологія з основами раціонального харчування» є:

- формування навичок розрахунку фізіологічної потреби організму в харчових та біологічно активних речовинах, обґрунтування енергетичної цінності та нутрієнтного складу раціону харчування, оцінки статусу харчування організму та його порушень;
- сприяння практичному оволодінню вміннями та навичками розробки наукових засад обґрунтування практичних рекомендацій щодо організації раціонального харчування різних груп населення;
- формування вміння оцінювати харчові продукти за гігієнічними показниками, результатами бактеріологічного та токсикологічного дослідження й формулювання висновку щодо їх якості та відповідності стандартам;
- дати змогу майбутнім фахівцям опанувати практичними навичками з основ дієтології до професійної діяльності з обґрунтування та організації заходів спрямованих на зміцнення здоров'я населення;
- формування готовності до проведення просвітницької та консультативної роботи серед населення з питань первинної та вторинної аліментарної профілактики захворювань;
- пропагування гігієнічних знань серед населення в галузі раціонального харчування.

Компетентності

До кінця навчання студенти повинні бути компетентними у таких питаннях:

ФК 13 Здатність навчати пацієнта/опікунів самообслуговуванню/догляду, профілактиці захворювань, травм ускладнень та неповносправності, здоровому способу життя.

ФК 14 Здатність знаходити шляхи постійного покращення якості послуг фізичної терапії та ерготерапії.

ПР 13 Обирати оптимальні форми, методи і прийоми, які б забезпечили шанобливе ставлення до пацієнта/клієнта, його безпеку/захист, комфорт та приватність.

ПР 15. Вербально і невербально спілкуватися з особами та групами співрозмовників, різними за віком, рівнем освіти, соціальною і професійною приналежністю, психологічними та когнітивними якостями тощо, у мультидисциплінарній команді.

До завершення навчання студенти повинні:

знати:

- основні положення та принципи раціонального харчування;
- становлення традиційного харчування в антропогенезі;
- фізіологію харчування;
- концепції та теорії харчування, основні положення раціонального харчування;
- здійснювати оцінку та корекцію раціону харчування;
- визначити загальні підходи до вибору необхідної оздоровчої технології для корекції стану здоров'я дітей та молоді, що не мають хронічних захворювань;
- уміти вести здоровий спосіб життя, фізично самовдосконалюватися та спонукати

дітейта молодь до ведення здорового способу життя;

- знати основи патології, впливи природних чинників на здоров'я людини;
- демонструвати уміння ефективно проводити професійну діяльність, застосовуючисучасні науково-доказові дані;
- сучасні проблеми харчування людини, харчові отруєння та їх профілактика.

вміти:

- застосовувати основні засоби організації лікувального та дієтичного харчування, виділікувального харчування;
- застосовувати лікувальне харчування при порушеннях діяльності кардіореспіраторноїсистеми та інфекційних захворюваннях шлунково-кишкового тракту;
- застосовувати лікувальне харчування при порушеннях обміну речовин, захворюванняхнирок та після хірургічного втручання;
- застосовувати раціональне харчування жінок при вагітності та грудномувигодовуванні;
- застосовувати раціональне харчування дітей різного віку;
- застосовувати раціональне харчування в в похилому віці та старості;
- застосовувати спортивне харчування та раціональне харчування юних спортсменів;
- застосовувати лікувально-профілактичне харчування на виробництві зі шкідливимиумовами.

СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

| Назви змістових модулів і тем | Усього | Лек. | Лабор. | Сам. роб. | Конс. | *Форма контролю/ Бали |
|---|--------|------|--------|-----------|-------|-----------------------|
| Змістовий модуль 1. Принципи дієтології і нутриціології | | | | | | |
| Тема 1. Основи і принципи правильного збалансованого харчування. Травна система та робота шлунково-кишкового тракту. | 18 | 2 | 2 | 14 | | ДС РМГ/5 |
| Тема 2. Кількісний та якісний склад їжі. Продуктова піраміда. Харчова цінність харчових продуктів: білки жири вуглеводи. | 21 | 2 | 4 | 14 | 1 | ДС РМГ/5 |
| Тема 3. Роль вітамінів і мікроелементів для захисту організму. Роль жирів у виникненні зайвої ваги. | 21 | 2 | 4 | 14 | 1 | ДС РМГ/5 |
| Тема 4. Гігієнічні основи раціонального харчування, концепції сучасної гігієни харчування та дієтології | 19 | | 4 | 14 | 1 | ДС ДБ РМГ/5 |
| Разом за модулем 1 | 79 | 6 | 14 | 56 | 3 | 20 |
| Змістовий модуль 2. Принципи лікувального харчування, характеристика основних лікувальних дієт та спортивного харчування | | | | | | |
| Тема 5. Лікувальне харчування при різних захворюваннях. | 19 | 2 | 2 | 14 | 1 | ДС РМГ/5 |

| | | | | | | |
|--|-----|----|----|-----|---|-------------|
| Тема 6. Моно-дієти і розвантажувальні дні. Роздільне харчування. | 19 | 2 | 2 | 14 | 1 | ДС РМГ/5 |
| Тема 7. Сучасний погляд на дієти, причини ожиріння. | 17 | 2 | 2 | 12 | 1 | ДС РМГ/5 |
| Тема 8. Спортивне харчування. Класифікація добавок і їх застосування при зниженні і наборі ваги. | 16 | 2 | 2 | 12 | | ДС РМГ/5 |
| Разом за модулем 2 | 71 | 8 | 8 | 52 | 3 | 20 |
| Види підсумкових робіт | | | | | | Бал |
| Модульна контрольна робота №1 | | | | | | 30 |
| Модульна контрольна робота №2 | | | | | | 30 |
| Всього годин / Балів | | | | | | 100 |
| | 150 | 14 | 22 | 108 | 6 | |

*Форма контролю: ДС – дискусія, ДБ – дебати, Т – тести, ТР – тренінг, РЗ/К – розв’язування задач / кейсів, ІНДЗ / ІРС – індивідуальне завдання / індивідуальна робота студента, РМГ – робота в малих групах, МКР / КР – модульна контрольна робота/ контрольна робота, Р – реферат, а також аналітична записка, аналітичне есе, аналіз твору тощо.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ОПРАЦЮВАННЯ

1. Глікемічний індекс і глікемічне навантаження. Цукрозамінники. Користь і шкода.
2. Харчування вагітних, породіль і жінок, що годують. Харчування людей похилого віку.
3. Надмірна вага. Складання програм ефективного схуднення. Правила поєднання продуктів харчування та їх приготування
4. Консультування пацієнта щодо харчування. Програми зниження ваги. Типова особистість з розладами харчування на прийомі у лікаря. Мотивація. Дисципліна. Здорові харчові звички.
5. Норми харчової поведінки. Вплив середовища на формування харчових звичок.
6. Вплив соціуму та модних тенденцій на культуру харчування молоді
7. Емоційне харчування, як основна причина зайвої ваги. Компульсивне та екстернальне харчування. Орторексія. Синдром нічної їжі. Зв’язок розладів харчової поведінки і психосоматичних захворювань.
8. Анорексія. Булімія. Дефіцит маси тіла. Причини і правильний набір ваги.
9. Основні принципи сучасної клінічної дієтології в поєднанні з викладенням клінічних особливостей перебігу захворювань і патологічних процесів.
10. Наукові аспекти харчування хворої людини і практичні рекомендації по використанню дієтотерапії в конкретних ситуаціях організації лікувального харчування в стаціонарних та амбулаторних умовах.

IV. ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ **Розподіл балів та критерії оцінювання**

Загальна оцінка за курс складається як сума оцінок за кожен з двох модулів: поточне тестування (лабораторні заняття, самостійна робота); контрольні роботи наприкінці кожного

змістового модуля. Оцінювання здійснюється за 100-бальною шкалою ECTS. На оцінку завдань модуля I відводиться 40 балів, модуля II – 60 балів.

Модуль I передбачає перевірку якості засвоєння теоретичного курсу змістового модуля 1 та змістового модуля 2, виконання лабораторних робіт безпосередньо на заняттях, загальна кількість тем змістового модуля 1 та змістового модуля 2 становить 8. Кожна з тем змістового модуля 1 та змістового модуля 2 оцінюється в балах (максимально 5 балів). 5 балів – студент повністю засвоїв теоретичний матеріал, викладає його в логічній послідовності, робить висновки, висловлює гіпотези, дискутує. 4 бали – студент засвоїв теоретичний матеріал, вільно викладає його, наводить приклади, однак є незначні проблеми з усвідомленням системних зв'язків, не завжди дотримується логіки викладу. 3 бали – студент засвоїв теоретичний матеріал, але під час демонстрації практичних навичок припускається незначних помилок чи неточності. 2 бали – студент засвоїв матеріал на репродуктивному рівні (переказування), приймає активну участь у роботі, відтворює вивчене не завжди в логічній послідовності, припускається помилок. 1 бал – студент невпевнено переказує матеріал, під час відповіді потребує допомоги, допускається помилок. 0 – студент, не приймає участь в обговоренні питань на занятті.

Модуль II передбачає перевірку підсумкових знань і вмінь студентів шляхом написання модульних контрольних робіт. Оцінка за модуль II виставляється за виконання студентом 2 контрольних робіт (по кожному із змістових модулів), які передбачають перевірку теоретичних знань. Контрольні роботи оцінюються за 30-бальною шкалою.

Критерії оцінювання модульної /підсумкової контрольної роботи:

оцінка **“відмінно”** відповідає 27-30 балам, ставиться за відмінне написання підсумкової / модульної контрольної роботи;

оцінка **“добре”** відповідає 22-26 балам, ставиться за хороше написання підсумкової / модульної контрольної роботи;

оцінка **“задовільно”** відповідає 18-21 балам, ставиться за задовільне написання підсумкової / модульної контрольної роботи;

оцінка **“незадовільно”** відповідає 1-17 балам, ставиться за незадовільне написання підсумкової / модульної контрольної роботи.

| Поточний контроль (мах = 40 балів) | | Модульний контроль (мах = 60 балів) | | Загальна кількість балів |
|---------------------------------------|-----------------------------|--|-------|-----------------------------|
| Змістовий модуль 1 | Змістовий модуль 2 | МКР 1 | МКР 2 | |
| T1-T4 | T5-T8 | 30 | 30 | 100 |
| По 5 балів за кожну тему | По 5 балів за кожну тему | | | |
| $\Sigma=20$ | $\Sigma=20$ | | | |

У разі наявності документа, що засвідчує навчання на сертифікованих курсах, онлайн-курсах, які дотичні до тем дисципліни, можливе зарахування певної кількості годин, відповідно до [Положення про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Волинському національному університеті імені Лесі Українки](#)

В неформальній освіті:

- закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, майстер- класів дозволяє набрати студенту по 5 балів за кожну участь;
- підготовка конкурсної наукової роботи – максимум 10 балів.

В інформальній освіті:

- наявність наукової публікації - 5 балів;
- участь у конференції з публікацією тез – 3 бали.

У разі недотримання студентом *засад академічної доброчинності* - сукупності етичних принципів та визначених законом правил, якими керуються учасники освітнього процесу під час навчання, викладання і провадження наукової (творчої) діяльності з метою забезпечення довіри до результатів навчання та/або наукових (творчих) досягнень, оцінювання роботи не буде відбуватись (!). Списування під час контрольних робіт заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час он-лайн тестування та підготовки практичних завдань під час заняття.

Дотримання академічної доброчесності здобувачами освіти передбачає: • самостійне виконання навчальних завдань, завдань поточного та підсумкового контролю результатів навчання (для осіб з особливими освітніми потребами ця вимога застосовується з урахуванням їхніх індивідуальних потреб і можливостей); • посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей; • дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права; • надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використані методики досліджень і джерела інформації.

Політика щодо дедлайнів та перескладання: Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності балів). Перескладання модулів відбувається за наявності поважних причин.

V. ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ

Залік здійснюється провідним викладачем, має на меті перевірку рівня знань студента під час виконання залікових завдань. Максимальна кількість балів, яку студент може набрати за залік становить 60 балів. Оцінювання знань студентів здійснюється за результатами поточного й модульного контролю. При цьому завдання із цих видів контролю оцінюються в діапазоні від 0 до 100 балів включно. У випадку незадовільної підсумкової оцінки, або за бажання підвищити рейтинг, студент складає залік у формі опитування. При цьому бали, набрані за результатами модульних контрольних робіт, анулюються.

Шкала оцінювання

| Оцінка в балах | Лінгвістична оцінка |
|----------------|---|
| 90-100 | Зараховано |
| 82-89 | |
| 75-81 | |
| 67-74 | |
| 60-66 | |
| 1 - 59 | Незараховано (необхідне перескладання) |

Студенту, який з навчальної дисципліни має семестровий рейтинговий бал 60 і вище, підсумкова оцінка виставляється автоматично – “зараховано” або оцінка за національною шкалою та за шкалою ECTS. За бажання студента, він може прийти здавати залік. За таких умов бали за модульну контрольну анулюються. Якщо семестровий рейтинговий бал студента становить 35 – 59 балів, він має можливість скласти залік, студент, який після вивчення навчальної дисципліни за семестр набрав менше 34 балів, вивчає дисципліну повторно.

VI. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна література

1. Андріюк Л. Вибрані питання нутріціології: навч. посіб. / Л. Андріюк, О. Зав'ялова, С. Федяєва, В. Яцюк, С. Ломейко, Є. Глебова; Львів. нац. мед. ун-т ім. Данила Галицького. — Львів: Коло, 2015. — 118 с.
2. Вибрані питання нутріціології: навч. посіб. / Л. Андріюк, О. Зав'ялова, С. Федяєва, В. Яцюк, С. Ломейко, Є. Глебова; Львів. нац. мед. ун-т ім. Данила Галицького. — Львів: Коло, 2015. — 118 с.
3. Гребняк М.П. Дієтологія у термінах, схемах, таблицях, тестах [Текст] : навч. посіб. / М. П.Гребняк [та ін.] ; рец.: М. В. Погорєлов, В. В. Бабієнко. - Дніпро : Акцент ПП, 2018. – 248 с.
4. Ильин В. Лечебные диеты при панкреатите и других болезнях поджелудочной железы / В.Ильин. – К., 2010. – 127 с.
5. Калмыков З. Ожирение, профилактика и лечение / З Калмыков. – Винницы: Медкнига, 2009. – 108 с.
6. Олейник С. Спортивная фармакология и диетология / С. Олейник, Л. Гунина. – К., 2008. – 256 с.
7. Скальный А. В. Основы здорового питания: пособие по общей нутрициологии / А. В. Скальный, И. А. Рудаков, С. В. Нотова, Т. И. Бурцева, В. В. Скальный, О. В. Баранова. — Оренбург: ГОУ ОГУ, 2005. — 117 с.
8. Теоретичні та практичні аспекти нутріціології: навч. посіб. / Л. В. Андріюк, Т. П. Гарник, В. М. Яцюк, С. І. Федяєва; Львів. нац. мед. ун-т ім. Д. Галицького. — Львів: Посвіт, 2016. — 126 с. — Бібліогр.: с. 123—126.
9. Харченко Н.В. Дієтологія / Н. В. Харченко, Г.А. Анохіна. - Київ; Кіровоград: Меридіан, 2012. — 528 с.

Додаткова література

1. Афанасюк О. І. Принципи раціонального харчування [Текст] / О. І. Афанасюк, О. О. Яковець // *Новости медицины и фармации : всеукр. спец. мед.-фармац. изд.* - 2018. - N 1. - С. 12-13.
2. Бісмак О.В. Основи фізичної реабілітації: навч. посіб. / О.В. Бісмак, Н.Г. Мельнік. – Х.: Вид-во Бровін О.В., 2010. – 120 с.
3. Галушко Н. А. Еволюція системи харчування населення незалежної України [Текст] / Н. А. Галушко // *Сучасні проблеми токсикології, харчової та хімічної безпеки = Modern Problems of Toxicology, Food and Chemical Safety* : наук.-практ. журнал. - 2018. - N 2/3. - С. 107-117.
4. Грейда Б.П. Вітаміни та основні харчові речовини в обмінно-фізіологічних процесах організму і лікуванні хворих: монографія / Б.П.Грейда, Н.Б.Грейда, В.В.Демчук, В.В.Кварцяний. - Луцьк: Видавництво „Волинська обласна друкарня”, 2002. – 201 с.
5. Грейда Н.Б. Лікарські рослини та їх застосування: навчальний посібник Н.Б.Грейда, Б.П.Грейда, В.В.Кварцяний. - Луцьк: Видавництво Волинська обласна друкарня, 2003. – 244 с.
6. Грейда Н.Б. Дієтотерапія при захворюваннях печінки / Н.Б.Грейда, О.Я.Андрійчук // *Перспективи розвитку медичної та фізичної реабілітації на різних рівнях надання медичної допомоги: зб. матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю (м.Тернопіль, 23-24 вересня 2021 р.)*. – Тернопіль: ТНМУ, 2021. – С.21-22.
7. Гузій О. 7 правил харчування: здорова тарілка для дорослих українців [Текст] / О. Гузій // *Укр. мед. часопис = Украинский медицинский журнал* : наук.-практ. загальномед. часопис. - 2017. - N 6. - С. 61-63 .
8. Дедишина Л. Гігієна, правильне харчування та якість питної води (Здоров'я ротової порожнини)[Текст] / Л. Дедишина // *Фармацевт-практик* : наук.-попул. та станово-побутовий журн. - 2019. - N 3. - С. 28-29.
9. Дебейки М. Диета здорового сердца / М. Дебейки. – Минск: Поппури, 2014. - 259 с.
10. Ліки, біль та харчування. Чи є зв'язок? [Текст] / R. F. Bell [и др.] // *Новости медицины и фармации : всеукр. спец. мед.-фармац. изд.* - 2017. - N 7. - С. 10-11.
11. Медична та соціальна реабілітації: навчальний посібник / за заг. ред. І.Р. Мисули, Л.О. Вакуленко. – Тернопіль: ТДМУ, 2005. – 402 с.
12. Молочек Н. В. Сучасні погляди на проблеми неправильного харчування та перспективи їх

- вирішення [Текст] / Н. В. Молочек, Т. М. Фалалеева, О. І. Цирюк // Здоров'я України : мед. газета. - 2019. - N 2 (Гастроентерологія. Гепатологія. Колопроктологія). - С. 32-33.
13. Мухін В. М. Фізична реабілітація / В. М. Мухін. – 3-тє вид. – К.: Олімп. л-ра, 2009. – 448 с.
 14. Порада А. М. Основи фізичної реабілітації: навч. посібник / А. М. Порада, О. В. Солодовник, Н.С. Прокопчук. – К.: Медицина, 2006. – 248 с.
 15. Пешкова О. В. Фізична реабілітація при захворюваннях внутрішніх органів : навчальний посібник / О. В. Пешкова. – Харків : СПДФО, 2011. – 312 с.
 16. Розумне та якісне харчування - основа основ [Текст] // Приватний лікар : журнал медичної еліти. - 2017. - N 6. - С. 4-7.
 17. Смоляр В. І. Неолітична революція в харчуванні людини [Текст] / В. І. Смоляр // Пробл. харчування = Problems of Nutrition : наук.-практ. журн. - 2014. - N 2. - С. 75-77 .
 18. Харченко Н.В. Дієтологія / Н. В. Харченко, Г.А. Анохіна. - Київ; Кіровоград: Меридіан, 2012. — 528 с.
 19. Харченко Н. В. Здоровое питание в контексте современной диетологии [Текст] / Н. В. Харченко // Здоров'я України : мед. газета. - 2018. - № 3 (Гастроентерологія. Гепатологія. Колопроктологія). - С. 6-7.
 20. Харченко Н. В. Здорове харчування та дієтотерапія: медичний аспект [Текст] / Н. В. Харченко //Здоров'я України : мед. газета. - 2019. - N 5. - С. 42-43.
 21. Joan Webster-Gandy, Angela Madden, Michelle Holdsworth. Oxford Handbook of Nutrition and Dietetics. — O : Oxford University Press, 2006. — ISBN 0–19–856725–1.
 22. Current nutritional status and nutrition-related health problems in school-age children. Results of assessing nutrition-related knowledge, attitudes and practice [Текст] / E. Dupouy [et al.] // Пробл. харчування = Problems of Nutrition : наук.-практ. журн. - 2017. - N 2. - С. 35-46 .

Електронні ресурси:

1. <https://www.yakaboo.ua/sportivnaja-farmakologija-i-dietologija.html#tab-attributes>