Код та назва дисципліни українською мовою/ Назва дисципліни англійською мовою	**1- G13-181-2-02 Урбанізація та здоров'я: захисна роль нутрієнтів Urbanization and health: the protective role of nutrients**
Рекомендується для галузі знань *(спеціальності, освітньої програми)*	«Для спеціальностей усіх галузей знань»
Кафедра	Кафедра харчових технологій
П.І.П. НПП *(за можливості)*	Доцентка, Мацук Юлія Анатоліївна
Рівень ВО	перший (бакалаврський)
КУРС, семестр *(в якому буде викладатись*)	
Мова викладання	українська
Пререквізити (передумови вивчення дисципліни)	Не передбачено
Чому це цікаво / треба вивчати	Для сучасної людини необхідно володіти методичним інструментарієм реалізації законів раціонального та оздоровчого харчування, знати вимоги до харчового раціону, режиму харчування та умов прийому їжі урбанізованого населення; цікавим є вміння складати індивідуальний харчовий раціон з врахуванням особливостей роботи та відпочинку, визначати енергетичну цінність продуктів харчування, вираховувати енергетичні витрати; треба мати уяву про основний обмін людини залежно від фізичної активності та принципів здорового харчування.
Перелік тем з дисципліни	Вступ до вивчення дисципліни. Теоретико-методологічні засади зв'язку між урбанізацією та станом здоров'я людини. Сучасні аспекти харчової поведінки населення мегаполісів. Вплив урбанізації на зміну структури харчування. Біологічна роль макро- та мікронутрієнтів у підтриманні адаптаційних механізмів в умовах урбанізованого середовища. Основи індивідуалізації харчового раціону для мешканців великих міст. Методика оцінки енергетичних витрат і нутрієнтної забезпеченості. Вплив екологічного навантаження урбаністичного простору на метаболізм людини: антиоксидантний статус, оксидативний стрес. Захисна роль харчових волокон, поліфенолів, омега-3 жирних кислот, пробіотиків і пребіотиків у формуванні резистентності до впливу стрес-факторів мегаполісу. Взаємозв'язок нутрієнтного статусу з неінфекційними хворобами, що домінують у містах (ожиріння, цукровий діабет, гіпертонія). Раціональне харчування в умовах стресу, порушеного сну та циркадних ритмів. Стратегії нейтралізації негативного впливу урбанізації за допомогою нутрієнтів. Принципи формування оптимального режиму харчування в умовах урбаністичного середовища. Технології збагачення харчових продуктів: перспективи створення функціональних продуктів для мешканців мегаполісів. Практичні аспекти нутріціологічного супроводу урбанізованого населення: складання індивідуального харчового раціону, адаптованого до ритму життя в мегаполісі.

	Інновації у сфері оздоровчого харчування: використання сучасних нутріцевтиків та біологічно активних речовин у протидії урбаногенним стресорам.
Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (*компетентність*)	Вивчення дисципліни дозволить сформувати знання та навички щодо поліпшення здоров'я шляхом максимального використання позитивних сторін біологічної дії їжі на організм, як чинника навколишнього середовища; порозумітися у захворюваннях, пов'язаних з порушенням харчування
Очікувані результати навчання	Бути обізнаним у фізіологічній потребі урбанізованої людини в основних складових продуктів харчування; формувати практичні навички по складанню індивідуального харчового раціону в умовах урбосистеми; нівелювати негативний вплив зовнішніх чинників на функціонування органів та систем організму; навчитися використовувати отримані знання на практиці.
Інформаційне забезпечення	1. Сімахіна Г. О., Українець А. І. Інноваційні технології та продукти. Оздоровче харчування : навч. посіб. К. : НУХТ, 2010. 294 с. 2.Українець А. І., Сімахіна Г. О. Технологія оздоровчих харчових продуктів : курс лекцій для студ. за напрямом 6.051701 «Харчові технології та інженерія» ден. та заоч. форм навч. К. : НУХТ, 2009. 310 с. 3. Капрельянц Л. В., Іоргачова К. Г. Функціональні продукти : підр Одеса: Друк, 2003. 312 с. 4.Сирохман І. В., Завгородня В. М. Товарознавство харчових продуктів функціонального призначення: підруч. К.: ЦУЛ, 2009. 544 с. 5. Капрельянц Л. В., Петросьянц А. П. Лікувально-профілактичні властивості харчових продуктів та основи дієтології : підруч. Одеса : Друк, 2011. 269 с. 6.Андріюк Л., Зав'ялова О., Федяєва С., Яцюк В., Ломейко С., Глебова Є. Вибрані питання нутріціології: навч. посібн. Львів-Дрогобич : Коло, 2015. 118 с. 7. Димань Т. М., Барановський М. М., Білявський Г. О. та ін.. Екотрофологія. Основи екологічно безпечного харчування. Нав. посібн., К.: Лібра, 2006. 304 с.
Види навчальних занять *(лекції, практичні, семінарські, лабораторні заняття тощо)*	Лекції, лабораторні заняття
Вид семестрового контролю	диференційований залік
Максимальна кількість здобувачів на семестр / Мінімальна кількість здобувачів *(тільки для мовних, творчих дисциплін, за необхідності)*	Без обмежень

Декан хімічного факультету *Світлана КОПТЄВА*