



Sylabus na rok akademicki: 2021-2022													
Cykl kształcenia: 2020-2023													
Opis przedmiotu kształcenia													
Nazwa przedmiotu	DIETETYKA Dietetics							Grupa szczegółowych efektów uczenia się					
	Grupa zajęć (kod grupy)		Nazwa grupy										
	C		Nauki w zakresie podstaw opieki położniczej										
Wydział	Wydział Nauk o Zdrowiu												
Kierunek studiów	Położnictwo												
Poziom studiów	<input type="checkbox"/> jednolite magisterskie X I stopnia <input type="checkbox"/> II stopnia <input type="checkbox"/> III stopnia <input type="checkbox"/> podyplomowe												
Forma studiów	X stacjonarne <input type="checkbox"/> niestacjonarne												
Rok studiów	II						Semestr studiów	<input type="checkbox"/> zimowy X letni					
Typ przedmiotu	X obowiązkowy <input type="checkbox"/> ograniczonego wyboru <input type="checkbox"/> wolnego wyboru/ fakultatywny												
Język wykładowy	<input type="checkbox"/> polski <input type="checkbox"/> angielski												
Liczba godzin													
Forma kształcenia													
	Wykłady (WY)	Seminaria (SE)	Ćwiczenia audytorne (CA)	Ćwiczenia kierunkowe - niekliniczne (CN)	Ćwiczenia kliniczne (CK)	Ćwiczenia laboratoryjne (CL)	Ćwiczenia w warunkach symulowanych (CS)	Zajęcia praktyczne przy pacjencie (PP)	Lektoraty (LE)	Zajęcia wychowania fizycznego (WF)	Praktyki zawodowe (PZ)	Samokształcenie kierowane (SK)	E-learning (EL)
Semestr zimowy:													
..... (Nazwa jednostki realizującej przedmiot)													
Kształcenie bezpośrednie ¹													
Kształcenie zdalne ²													

¹ Kształcenie prowadzone z bezpośrednim udziałem nauczycieli akademickich lub innych osób prowadzących zajęcia

² Kształcenie z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

Semestr letni:													
Zakład Dietetyki (Nazwa jednostki realizującej przedmiot)													
Kształcenie bezpośrednie							15					15	
Kształcenie zdalne	15												
Razem w roku:													
Zakład Dietetyki (Nazwa jednostki realizującej przedmiot)													
Kształcenie bezpośrednie							15					15	
Kształcenie zdalne	15												
Cele kształcenia: (max. 6 pozycji)													
Student zdobywa umiejętności i kompetencje w zakresie:													
1. Znaczenia i roli podstawowych składników pokarmowych zawartych w pożywieniu .													
2. Poznania konsekwencji wynikających z nieprawidłowego żywienia.													
3. Dokonywania oceny sposobu żywienia i stanu odżywiania.													
4. Wdrażania ilościowego i jakościowego składu diet dla kobiet w ciąży z cukrzycą i bez oraz dorosłych zgodnie z zasadami racjonalnego żywienia w zależności od stanu i sytuacji zdrowotnej pacjenta													
Efekty uczenia się dla przedmiotu w odniesieniu do metod weryfikacji zamierzonych efektów uczenia się oraz formy realizacji zajęć:													
Numer szczegółowego efektu uczenia się	Student, który zaliczy przedmiot wie/umie/potrafi						Metody weryfikacji osiągnięcia zamierzonych efektów uczenia się			Forma zajęć dydaktycznych * wpisz symbol			
C.W19	Zna i rozumie zasady żywienia osób zdrowych i chorych w różnym wieku oraz żywienia dojelitowego i pozajelitowego;						Praca sprawdzająca			WY, CS			
C.W20	Zna i rozumie zasady żywienia kobiety w różnych okresach jej życia i różnym stanie zdrowia, ze szczególnym uwzględnieniem okresu ciąży oraz zasady żywienia noworodków i niemowląt;						Praca sprawdzająca						
C.W21	Zna i rozumie zasady leczenia dietetycznego oraz powikłania dietoterapii;						Praca sprawdzająca						
C.W22	Zna i rozumie środki spożywcze specjalnego przeznaczenia żywieniowego						Praca sprawdzająca						
C.U31	Potrafi oceniać stan odżywiania i sposób żywienia, prowadzić poradnictwo w zakresie żywienia zdrowych i chorych dzieci i dorosłych, w szczególności kobiet w różnych okresach ich życia i różnym stanie zdrowia;						Praca sprawdzająca			WY, CS			
C.U32	Potrafi stosować diety terapeutyczne w wybranych chorobach, nadzorować odrębności żywienia zbiorowego i rozpoznawać powikłania dietoterapii;						Praca sprawdzająca						
C.U33	Potrafi planować podstawowe diety pod względem ilościowym i jakościowym, w tym zalecenia żywieniowe dla						Praca						

Efekty: C.W19, C.U33, CU34

2. Kobiety ciężarne

- a. Omówienie przykładowego jadłospisu kobiety ciężarnej.
- b. Układanie jadłospisu na 1 dzień dla kobiety ciężarnej: do uwzględnienia: Energia, Białko, Tłuszcz, Węglowodany, Błonnik, Witamina D, Witamin C, Foliiany, Wapń, Żelazo, Potas.

Efekty: C.U33,

3. Kobiety ciężarne cz.II

- a. Omówienie pojęć Indeksu i ładunku Glikemicznego
- b. Omówienie zastosowania Wymienników Węglowodanowych w cukrzycy ciężarnych

Efekty: CW21, CU31

4. Kobiety karmiące

- a. Lista produktów bogatych w: Foliiany, Witamina D, Wapń, Żelazo, Jod
- b. Super food- 5 posiłków o wysokiej zawartości danego składnika

Efekty: CU.34, CW22,

5. Małe dzieci/ żywienie w nowotworach

I. Małe dzieci + ŚSSP

- a. Mleka do żywienia początkowego i następnego
- b. Mleka i kaszki dla dzieci alergizujących, bezglutenowe itp.
- c. Zadanie: Zobaczyć jakie są dostępne w drogeriach- superpharm+ apteka i internet.

Efekty: C.W22, C.U34, CW20, CU31

II. Nowotwory narządów rodnych i piersi- prezentacje z badań naukowych

- d. Omówienie produktów o działaniu przeciwzapalnym, antynowotworowym

Efekty: C.W20, C.U32, CW21

Inne: samokształcenie

1. Zasady odżywiania kobiety ciężarnej.
2. Zasady odżywiania kobiety karmiącej.
3. Porównanie składu mleka krowiego i kobiecego.
4. Dlaczego należy karmić niemowlęta piersią?
5. Postępowanie dietetyczne w cukrzycy ciąży.
6. Postępowanie dietetyczne w chorobie nowotworowej sutka i narządów rodnych

Literatura podstawowa: (wymienić wg istotności, nie więcej niż 3 pozycje)

1. Jarosz M. Praktyczny podręcznik dietetyki. Wyd. IŻŻ, Warszawa, 2010
2. Grzymiśławski M., Gawęcki J.: Żywienie człowieka zdrowego i chorego. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2010.
3. Gawęcki J., Roszkowski W.: Żywienie człowieka a zdrowie publiczne. T.3, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2009

Literatura uzupełniająca i inne pomoce: (nie więcej niż 3 pozycje)

1. Jarosz M., Bułhak-Jachymczyk B.: Normy żywienia człowieka. Podstawy prewencji otyłości i chorób niezakaźnych. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2008
2. Gawęcki J., Hryniewiecki L.: Żywienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2009

Warunki wstępne: (minimalne warunki, jakie powinien student spełnić przed przystąpieniem do przedmiotu)

1. Zaliczone przedmioty z nauk podstawowych I rok semestr zimowy (anatomia, fizjologia, embriologia i genetyka, biochemia i biofizyka).
2. Podstawy opieki położniczej I rok sem. zimowy.

Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: (określić formę, kryteria i warunki zaliczenia zajęć wchodzących w zakres przedmiotu, zasady dopuszczenia do egzaminu końcowego teoretycznego lub praktycznego, jego formę oraz wymagania jakie student powinien spełnić by go zdać, a także kryteria na poszczególne oceny)

C.U34	kobiety w okresie ciąży i karmienia piersią; Potrafi dobrać środki spożywcze specjalnego przeznaczenia żywieniowego i wystawiać na nie recepty w ramach realizacji zleceń lekarskich oraz udzielać informacji na temat ich stosowania;	sprawdzająca Praca sprawdzająca	
-------	---	------------------------------------	--

* WY - wykład; SE - seminarium; CA - ćwiczenia audytoryjne; CN - ćwiczenia kierunkowe-nieklinczne; CK - ćwiczenia kliniczne; CL - ćwiczenia laboratoryjne; CS - ćwiczenia w warunkach symulowanych; PP - zajęcia praktyczne przy pacjencie; LE - lektoraty, WF - zajęcia wychowania fizycznego; PZ - praktyki zawodowe; SK - samokształcenie kierowane, EL - E-learning.

Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS):

Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie itp.)	Obciążenie studenta
1. Godziny w kontakcie bezpośrednim:	15
2. Godziny w kształceniu zdalnym:	15
3. Godziny indywidualnej pracy własnej studenta:	-
4. Godziny samokształcenia kierowanego:	15
Sumaryczny nakład pracy studenta:	45
Punkty ECTS za przedmiot:	2

Treść zajęć: (proszę wpisać hasłowo tematykę poszczególnych zajęć z podziałem na formę zajęć dydaktycznych, pamiętając, aby przekładała się ona na zamierzone efekty uczenia się)

Wykłady

- Zasady racjonalnego żywienia. Podział produktów spożywczych na 6 grup o zbliżonej wartości odżywczej. Normy żywienia i wyżywienia. Zapotrzebowanie energetyczne i na składniki odżywcze w różnych grupach wiekowych i stanach fizjologicznych.
- Wybrane zagadnienie z dietytyki. Żywnie człowieka zdrowego i chorego. Diety podstawowa i łatwo strawna i ich modyfikacje. Zastosowanie diet w różnych schorzeniach. Metody oceny stanu odżywienia i sposobu żywienia. Zasady odżywiania kobiet w ciąży, karmiących i z cukrzycą ciążową oraz niemowląt.
- Białko pożywienia jako główny składnik budulcowy organizmu. Źródła pokarmowe, rola w żywieniu człowieka, wartość biologiczna różnych białek. Normy. Białka jako składnik diet w różnych schorzeniach.
- Węglowodany pożywienia jako główny składnik energetyczny organizmu. Źródła pokarmowe, rola w żywieniu węglowodanów łatwo przyswajalnych, skrobi w postaci amylozy i amylopektyny, błonnika pokarmowego. Produkty węglowodanowe o niskim indeksie glikemicznym i ich znaczenie w leczeniu schorzeń metabolicznych. Wpływ glikemi poposiłkowej na wskaźniki przemian metabolicznych. Węglowodany jako składnik diet w różnych schorzeniach.
- Tłuszcze pokarmowe jako źródło energii i substratów do syntezy eikozanoidów. Znaczenie dla zdrowia człowieka kwasów tłuszczowych nasyconych, jednonienasyconych i wielonienasyconych z szeregu n-3 i n-6. Wpływ tłuszczów różnego pochodzenia na wskaźniki przemian metabolicznych. Tłuszcze pokarmowe jako składnik diet w różnych schorzeniach. Cholesterol - źródła pokarmowe.

Seminaria

Ćwiczenia w warunkach symulowanych

1. 1. Zasady układania jadłospisów

- Omówienie piramidy żywieniowej i norm żywieniowych
- Obliczanie podstawowej i całkowitej przemiany materii i całkowitego zapotrzebowania energetycznego dla siebie, ustalanie zapotrzebowania na białka, tłuszcze i węglowodany i energię
- Przeprowadzanie wywiadu żywieniowego
- Omówienie kluczowych składników w żywieniu kobiet
- Ustalanie zapotrzebowania na , T, W i energię

UWAGA! Warunkiem zaliczenia przedmiotu nie może być obecność na zajęciach

Ocena:	Kryteria zaliczenia przedmiotu na ocenę ³
Bardzo dobra (5,0)	
Ponad dobra (4,5)	
Dobra (4,0)	
Dość dobra (3,5)	
Dostateczna (3,0)	
Kryteria zaliczenia przedmiotu na zaliczenie (bez oceny) ³	
zaliczenie	Wykład: pozytywny wynik pracy sprawdzającej wiedzę, złożonej z 15 pytań otwartych. Za zaliczoną uznaje się pracę, w której udzielono co najmniej 9 poprawnych odpowiedzi (60%). <ul style="list-style-type: none">Ćwiczenia: zaliczenie prac przewidzianych programem przedmiotu.Samokształcenie: zaliczenie opracowania jednego z 6 tematów do wyboru

Ocena:	Kryteria oceny z egzaminu ³
Bardzo dobra (5,0)	
Ponad dobra (4,5)	
Dobra (4,0)	
Dość dobra (3,5)	
Dostateczna (3,0)	

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot:	Zakład Dietetyki
Adres jednostki:	Ul. Parkowa 34 51-616 Wrocław
Numer telefonu:	71 348-25-70
E-mail:	bozena.regulska-ilow@umed.wroc.pl

Osoba odpowiedzialna za przedmiot:	dr hab. Bożena Regulska-ilow, prof. uczelni			
Numer telefonu:	71 348-25-70			
E-mail:	bozena.regulska-ilow@umed.wroc.pl			
Wykaz osób prowadzących poszczególne zajęcia:				
Imię i nazwisko:	Stopień / tytuł naukowy lub zawodowy:	Dyscyplina naukowa:	Wykonywany zawód:	Forma prowadzenia zajęć:
Bożena Regulska-ilow	Dr hab.	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	Wykłady

³ Weryfikacja musi obejmować wszystkie efekty uczenia się, realizowane podczas wszystkich form kształcenia w ramach danego przedmiotu.

Anna Pyszczek-Przeliorz	mgr	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	Ćwiczenia w warunkach symulowanych
Klaudia Konikowska	mgr	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	Ćwiczenia w warunkach symulowanych

Data opracowania sylabusa

15.07.21

.....

Imię i nazwisko autora (autorów) sylabusa:

...Bożena Regulska-Ilow....

Podpis Kierownika/ów jednostki/ek

Prowadzącej/yh zajęcia

.....

Podpis Dziekana wydziału zlecającego przedmiot:

Uniwersytet Medyczny w Łodzi
 WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU
 Prodziekan Studentów

dr Monika Przestralska, profesor uczelni.....

³ Weryfikacja musi obejmować wszystkie efekty uczenia się, realizowane podczas wszystkich form kształcenia w ramach danego przedmiotu.