



Sylabus														
Opis przedmiotu kształcenia														
Nazwa modułu/przedmiotu	Podstawy żywienia człowieka/edukacja żywieniowa							Grupa szczegółowych efektów kształcenia						
								Kod grupy			Nazwa grupy			
Wydział	Nauk o Zdrowiu													
Kierunek studiów	Ratownictwo medyczne													
Specjalności														
Poziom studiów	jednolite magisterskie * I stopnia X II stopnia III stopnia podyplomowe													
Forma studiów	X stacjonarne niestacjonarne													
Rok studiów	2						Semestr studiów:		X zimowy letni					
Typ przedmiotu	<input type="checkbox"/> obowiązkowy <input checked="" type="checkbox"/> ograniczonego wyboru <input type="checkbox"/> wolny wybór/ fakultatywny													
Rodzaj przedmiotu	kierunkowy X podstawowy													
Język wykładowy	X polski angielski inny													
* zaznaczyć odpowiednio, zamieniając na X														
Liczba godzin														
Forma kształcenia														
Jednostka realizująca przedmiot	Wykłady (WY)	Seminaria (SE)	Ćwiczenia audytorialne (CA)	Ćwiczenia kierunkowe - niekliniczne (CN)	Ćwiczenia kliniczne (CK)	Ćwiczenia laboratoryjne (CL)	Ćwiczenia w warunkach symulowanych (CS)	Zajęcia praktyczne przy pacjencie (PP)	Ćwiczenia specjalistyczne - magisterskie (CM)	Lektoraty (LE)	Zajęcia wychowania fizycznego-obowiązkowe (WF)	Praktyki zawodowe (PZ)	Samokształcenie (Czas pracy własnej studenta)	E-learning (EL)
Semestr zimowy:														
	15			15									25	
Semestr letni														
Razem w roku:	15			15									25	



Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS):	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie itp.)	Obciążenie studenta (h)
1. Godziny kontaktowe:	30
2. Czas pracy własnej studenta (samokształcenie):	25
Sumaryczne obciążenie pracy studenta	55
Punkty ECTS za moduł/przedmiotu	2
Uwagi	
Treść zajęć: (proszę wpisać hasłowo tematykę poszczególnych zajęć z podziałem na formę zajęć dydaktycznych, pamiętając, aby przekładała się ona na zamierzone efekty kształcenia)	
Wykłady <ol style="list-style-type: none">1. Czynniki ryzyka występowania wybranych chorób cywilizacyjnych2. Znaczenie makroskładników diety dla zachowania zdrowia. Cz.1. Tłuszcze, białka, węglowodany.3. Źródła pokarmowe mikro- i makro składników diety4. Charakterystyka diety śródziemnomorskiej i jej znaczenie dla zachowania zdrowia5. Dostosowanie składu diety do potrzeb osób pracujących w systemie zmianowym	
Seminaria	
Ćwiczenia <ol style="list-style-type: none">1. Obliczanie wartości odżywczej diet z wykorzystaniem tablic wartości odżywczej produktów i potraw oraz albumów z fotografiami produktów i potraw. Porównanie uzyskanych wyników z aktualnymi normami żywieniowymi. Ocena ilościowa i jakościowa badanych diet.2. Obliczanie ładunku glikemicznego śniadania studenta. Interpretacja wyników. Próba opracowania składu śniadania o niskim ładunku glikemicznym. Zastosowanie indeksów i ładunków glikemicznych w planowaniu jadłospisów. Skutki zdrowotne wysokiej glikemii poposiłkowej. Obliczanie wskaźników wartości odżywczej białka śniadania (WAO, NDPcal) na podstawie składu aminokwasowego. Wartość biologiczna białka pokarmowego.3. Żywieniowe czynniki ryzyka cywilizacyjnych chorób metabolicznych na podstawie badań epidemiologicznych: North Karelia, Seven Countries Study, Framingham Heart Study, NHS, EPIC, GISSI/GISSI Prevenzione.4. Zastosowanie testów do oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia różnych grup ludności: badania antropometryczne i biochemiczne, rodzaje wywiadów żywieniowych, arkusze stanu odżywienia pacjentów. Tablice SCORE do oceny ryzyka śmierci z powodu chorób sercowo-naczyniowych. Test FINDRISC do oceny występowania cukrzycy typu II.5. Skutki zdrowotne stosowania diet alternatywnych: dieta: optymalna Kwaśniewskiego, Atkinsa, Montignac, Dukana, wegetariańska (semi-, lakto-, owolakto-, pesco-), wegańska (ogólnie oraz: frutarianizm, witarianizm), Śródziemnomorska, DASH, dr Budwig. Zaliczenie zajęć.	
Inne	
Literatura podstawowa: (wymienić wg istotności, nie więcej niż 3 pozycje) <ol style="list-style-type: none">1. Gawęcki J., Roszkowski W.: Żywność człowieka a zdrowie publiczne. T.3, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 20092. Jarosz M. (red): „Praktyczny podręcznik dietetyki” IŻŻ, Ministerstwo Zdrowia, 2007-20113. Gawęcki J., Hryniewiecki L.: Żywność człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. 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	
Wymagania dotyczące pomocy dydaktycznych: (np. laboratorium, rzutnik multimedialny, inne...) rzutnik multimedialny, tablice wartości odżywczej, albumy z barwnymi fotografiami produktów i potraw, waga do analizy składu ciała, wzrostomierz, ciśnieniomierz.	
Warunki wstępne: (minimalne warunki, jakie powinien student spełnić przed przystąpieniem do modułu/przedmiotu) Zaliczenie I roku studiów	
Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: (określić formę i warunki zaliczenia zajęć wchodzących w zakres modułu/przedmiotu, zasady dopuszczenia do egzaminu końcowego teoretycznego i/lub praktycznego, jego formę oraz wymagania jakie student powinien spełnić by go zdać, a także kryteria na poszczególne oceny) 1. Realizacja wszystkich zadań objętych programem ćwiczeń 2. Aktywny udział w zajęciach	
Ocena:	Kryteria oceny: (tylko dla przedmiotów/modułów kończących się egzaminem,)

Nazwa i adres jednostki prowadzącej moduł/przedmiot, kontakt: tel. i adres email

Zakład Dietetyki

Ul. Parkowa 34

Tel. 71 348-25-70

bozena.regulska-ilow@umed.wroc.pl

Tytuł (stopień) naukowy lub zawodowy, dziedzina naukowa, nazwisko i imię nauczyciela prowadzącego wraz z wykonywanym zawodem i formą prowadzonych zajęć (np. prof. dr hab. n. med. Imię Nazwisko, lekarz specjalista – wykłady, seminaria...)

Koordinator / Osoba odpowiedzialna za moduł/przedmiot, kontakt: tel. i adres email

dr hab. Bożena Regulska-Iłow, prof.nadzw.

Wykaz osób prowadzących poszczególne zajęcia: Imię i Nazwisko, stopień/tytuł naukowy lub zawodowy, dziedzina naukowa, wykonywany zawód, forma prowadzenia zajęć .

Dr hab. Bożena Regulska-Iłow, prof.nadzw. WY

dr Anna Czekajło, CN



Mgr Anna Przeliorz, CN

Data opracowania sylabusa

Sylabus opracował(a)

15.05.2018

.....

Podpis Kierownika jednostki prowadzącej zajęcia

.....

Podpis Dziekana właściwego wydziału

.....