



Sylabus na rok akademicki: 2020_2021														
Cykl kształcenia: 19_21														
Opis przedmiotu kształcenia														
Nazwa modułu/przedmiotu	Podstawy dietetyki 1							Grupa szczegółowych efektów kształcenia						
								Kod grupy		Nazwa grupy				
Wydział	NoZ													
Kierunek studiów	dietetyka													
Jednostka realizująca przedmiot	Zakład Dietetyki													
Specjalność														
Poziom studiów	jednolite magisterskie <input type="checkbox"/> * I stopnia X II stopnia <input type="checkbox"/> III stopnia <input type="checkbox"/> podyplomowe <input type="checkbox"/>													
Forma studiów	X stacjonarne <input type="checkbox"/> niestacjonarne													
Rok studiów	II						Semestr studiów:	X zimowy <input type="checkbox"/> letni						
Typ przedmiotu	X obowiązkowy <input type="checkbox"/> ograniczonego wyboru <input type="checkbox"/> wolnego wyboru/ fakultatywny													
Rodzaj przedmiotu	X kierunkowy <input type="checkbox"/> podstawowy													
Język wykładowy	X polski <input type="checkbox"/> angielski <input type="checkbox"/> inny													
* zaznaczyć odpowiednio, zamieniając <input type="checkbox"/> na X														
Liczba godzin														
Forma kształcenia														
	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 (CIM)	Lektoraty (LE)	Zajęcia wychowania fizycznego-obowiązkowe (WF)	Praktyki zawodowe (PZ)	Samokształcenie (Czas pracy własnej studenta)	E-learning (EL)
Semestr zimowy:														
Kształcenie bezpośrednie (kontaktowe)				10									40	

Kształcenie zdalne synchroniczne	30	10		10										
Kształcenie zdalne asynchroniczne														
<b>Semestr letni:</b>														
Kształcenie bezpośrednie (kontaktowe)														
Kształcenie zdalne synchroniczne														
Kształcenie zdalne asynchroniczne														
<b>Razem w roku:</b>														
Kształcenie bezpośrednie (kontaktowe)				10									40	
Kształcenie zdalne synchroniczne	30	10		10										
Kształcenie zdalne asynchroniczne														
<b>Cele kształcenia:</b> (max. 6 pozycji) Student zdobywa umiejętności i kompetencje w zakresie: - znaczenia i roli podstawowych składników pokarmowych zawartych w pożywieniu, - poznania konsekwencji wynikających z nieprawidłowego żywienia, - dokonywania oceny sposobu żywienia i stanu odżywiania,														
<b>Macierz efektów uczenia się dla modułu/przedmiotu w odniesieniu do metod weryfikacji zamierzonych efektów uczenia się oraz formy realizacji zajęć:</b>														
Numer efektu uczenia się przedmiotowego	Numer efektu uczenia się kierunkowego	Student, który zaliczy moduł/przedmiot wie/umie/potrafi					Metody weryfikacji osiągnięcia zamierzonych efektów uczenia się (formujące i podsumowujące)					Forma zajęć dydaktycznych <b>** wpisz symbol</b>		
K_W03	P6S_WG1	Zna, rozumie i potrafi wykorzystać w praktyce wiedzę z zakresu biochemii ogólnej i klinicznej, chemii żywności, mikrobiologii ogólnej i żywności, fizjologii oraz parazytologii.					Praca sprawdzająca					WY, CN, SE, SK		
K_W04	P6S_WG2	Zna mechanizmy dziedziczenia. Genetyczne i środowiskowe uwarunkowania cech człowieka. Choroby uwarunkowane genetycznie i ich związek z żywnością i możliwości leczenia dietetycznego.					Praca sprawdzająca							
K_W11	P6S_WK1	Rozumie i potrafi wyjaśnić społeczne i ekonomiczne uwarunkowania zdrowia i					Praca sprawdzająca							

K_W13	P6S_WG2	choroby. Potrafi rozpoznać i dokonać korekty sposobu żywienia u osób z nieprawidłową masą ciała (niedożywionych oraz/lub osób z nadwagą/otyłością).	Praca sprawdzająca	
K_W15	P6S_WK3	Zna, rozumie i potrafi wykorzystać w codziennej praktyce podstawy farmakologii i farmakoterapii żywieniowej oraz interakcji leków z żywnością.	Praca sprawdzająca	
K_W16	P6S_WG2 P6S_WK3	Zna wpływ na stan odżywienia chorób układu pokarmowego, krążenia, oddychania, kostnego, rozrodczego i nerwowego oraz chorób zakaźnych (w tym wirusowych), chorób pasożytniczych i nowotworów.	Praca sprawdzająca	
K_W17	P6S_WG2 P6S_WK3	Zna zasady postępowania dietetycznego w tych chorobach w zależności od stopnia zaawansowania choroby.	Praca sprawdzająca	
K_W20	P6S_WK5	Zna cele i zadania zdrowia publicznego, czynniki determinujące zdrowie oraz aktualne problemy zdrowotne ludności w Polsce i metody ich zaspokajania.	Praca sprawdzająca	
<b>K_U02</b>	P6S_UW2 P6S_UW4 P6S_UK_1 P6S_UK2	Potrafi udzielić porady dietetycznej w ramach zespołu terapeutycznego.	Ocena pracy oparta o obserwację bezpośrednią i dyskusję uczestniczącą	WY, CN, SE, SK
<b>K_U03</b>	P6S_UO2	Potrafi pracować w zespole wielodyscyplinarnym w celu zapewnienia ciągłości opieki nad pacjentem.	Ocena pracy oparta o obserwację bezpośrednią i dyskusję uczestniczącą	
<b>K_U05</b>	P6S_UW2 P6S_UK_1 P6S_UU	Rozumie wzajemne relacje pomiędzy przewlekłymi chorobami a stanem odżywienia i	Ocena pracy oparta o obserwację bezpośrednią i	

		potrafi zaplanować i wdrożyć żywienie dostosowane do zaburzeń metabolicznych wywołanych urazem lub chorobą.	dyskusję uczestniczącą	
<b>K_U06</b>	P6S_UW2 P6S_UK_1	Potrafi rozpoznać rodzaj niedożywienia i zaplanować odpowiednie postępowanie żywieniowe.	Ocena pracy oparta o obserwację bezpośrednią i dyskusję uczestniczącą	
<b>K_U09</b>	P6S_UW1 P6S_UK2	Potrafi przeprowadzić wywiad żywieniowy i dokonać oceny stanu odżywienia w oparciu o badania przesiewowe i pogłębiona ocenę stanu odżywienia.	Ocena pracy oparta o obserwację bezpośrednią i dyskusję uczestniczącą	
<b>K_U12</b>	P6S_UW1 P6S_UW3	Potrafi obliczyć indywidualne zapotrzebowanie na energię oraz makro i mikroskładniki odżywcze.	Ocena pracy oparta o obserwację bezpośrednią i dyskusję uczestniczącą	
<b>K_U13</b>	P6S_UW1 P6S_UW3	Potrafi określić wartość odżywczą i energetyczną diet na podstawie tabel wartości odżywczej produktów spożywczych i typowych potraw oraz programów komputerowych.	Ocena pracy oparta o obserwację bezpośrednią i dyskusję uczestniczącą	
<b>K_U15</b>	P6S_UW2 P6S_UK_1 P6S_UO1	Potrafi w oparciu o znajomość fizjologii wysiłku zaplanować i wdrożyć żywienie dostosowane do rodzaju uprawianej dyscypliny sportowej.	Ocena pracy oparta o obserwację bezpośrednią i dyskusję uczestniczącą	
<b>K_U18</b>	P6S_UW2 P6S_UK_1 P6S_UO1	Potrafi zaplanować i wdrożyć odpowiednie postępowanie żywieniowe w celu zapobiegania chorobom dietozależnym oraz ich leczenia	Ocena pracy oparta o obserwację bezpośrednią i dyskusję uczestniczącą	
<b>K_K01</b>	P6S_KK1	Posiada świadomość własnych ograniczeń i wie kiedy zwrócić się do innych specjalistów.	Ocena pracy oparta o obserwację bezpośrednią i dyskusję	WY, CN, SE, SK

<b>K_K05</b>	P6S_KK2 P6S_KO P6S_KR1	Stawia dobro pacjenta oraz grup społecznych na pierwszym miejscu i okazuje szacunek wobec pacjenta (klienta) i grup społecznych.	uczestniczącą  Ocena pracy oparta o obserwację bezpośrednią i dyskusję uczestniczącą
<b>K_K08</b>	P6S_KK2 P6S_KO	Potrafi brać odpowiedzialność za działania własne i właściwie organizować pracę własną	Ocena pracy oparta o obserwację bezpośrednią i dyskusję uczestniczącą

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

Proszę ocenić w skali 1-5 jak powyższe efekty lokują państwa zajęcia w działach: przekaz wiedzy, umiejętności czy kształtowanie postaw:

Wiedza: ....+++

Umiejętności: ....+++

Kompetencje społeczne: .....+

#### Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS):

Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie itp.)	Obciążenie studenta (h)
1. Godziny kontaktowe:	10
2. Godziny w kształceniu zdalnym (e-learning)	50
3. Czas pracy własnej studenta (samokształcenie):	40
Sumaryczne obciążenie pracy studenta	100
<b>Punkty ECTS za moduł/przedmiot</b>	4
Uwagi	

**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

1. Żywnienie ludzi chorych – wybrane zagadnienia z dietetyki. Metody oceny stanu odżywienia. Cechy diety łatwostrawnej i podstawowej, modyfikacje diety łatwostrawnej i podstawowej.
2. Dietoprofilaktyka i leczenie otyłości.
3. Podstawy leczenia dietetycznego chorób żywieniowo-zależnych; miażdżyca i jej powikłanie choroba sercowo-naczyniowa.
4. Postępowanie dietetyczne w profilaktyce i leczeniu nadciśnienia tętniczego.
5. Żywnienie w cukrzycy.
6. Żywnienie w profilaktyce i leczeniu osteoporozy.
7. Reakcje niepożądane objawiające się przy spożywaniu pokarmu. Genetycznie uwarunkowanie przyswajanie pokarmu. Choroby metaboliczne. Sposób postępowania

dietetycznego w nietolerancjach pokarmowych.

8. Postępowanie żywieniowe w chorobie trzewnej.
9. Dieta antyhistaminowa.
10. Sposób postępowania dietetycznego w alergiach pokarmowych

#### **Seminaria**

1. Otyłość jako pierwotna przyczyna schorzeń metabolicznych (zespołu metabolicznego, cukrzycy typu II, nadciśnienia tętniczego krwi, miażdżycy). Obliczanie należnej masy ciała. Asortyment produktów spożywczych stosowanych w odchudzaniu. Korzyści wynikające z utraty nadmiernej masy ciała. Sens stosowania głódówki. Diety alternatywne stosowane w celu utraty masy ciała. Efekt jojo.

2. Cukrzyca typu II jako problem dla dietetyka. Konsekwencje zdrowotne. Zastosowanie wymienników węglowodanowych i indeksów glikemicznych. Zalecenia dietetyczne w cukrzycy: produkty dozwolone, produkty zabronione, zalecane i zabronione techniki kulinarne. Wskazanie źródeł internetowych z informacjami dotyczącymi IG produktów i potraw. Porównanie norm żywienia z uwzględnieniem IG produktów i z pominięciem IG produktów.

3. **Nadciśnienie tętnicze** jako problem dla dietetyka. Konsekwencje zdrowotne. Zalecenia dietetyczne w nadciśnieniu tętniczym: produkty dozwolone, produkty zabronione, zalecane i zabronione techniki kulinarne. Charakterystyka diety DASH.

#### **Ćwiczenia**

1. Zastosowanie w praktyce zasad układania jadłospisów z wykorzystaniem programu komputerowego, elektronicznej wersji tabel wartości odżywczej produktów i potraw oraz elektronicznej wersji albumu z barwnymi fotografiami produktów i potraw.

2. Układanie diety dla wskazanej osoby z otyłością. Obliczanie wartości odżywczej ułożonych diet. Ocena poprawności składu diet ułożonych na ćwiczeniach, omówienie schematów postępowania i aktualnie obowiązujących wytycznych przy układaniu jadłospisów dla osób z wybranymi schorzeniami metabolicznymi. Zaliczenie zajęć praktycznych.

3. Układanie diety dla wskazanej osoby z miażdżycą. Obliczanie wartości odżywczej ułożonych diet. Ocena poprawności składu diet ułożonych na ćwiczeniach, omówienie schematów postępowania i aktualnie obowiązujących wytycznych przy układaniu jadłospisów dla osób z wybranymi schorzeniami metabolicznymi. Zaliczenie zajęć praktycznych.

4. Układanie diety dla wskazanej osoby z nadciśnieniem tętniczym. Obliczanie wartości odżywczej ułożonych diet. Ocena poprawności składu diet ułożonych na ćwiczeniach, omówienie schematów postępowania i aktualnie obowiązujących wytycznych przy układaniu jadłospisów dla osób z wybranymi schorzeniami metabolicznymi. Zaliczenie zajęć praktycznych.

5. Układanie diety dla wskazanej osoby z cukrzycą II typu. Obliczanie wartości odżywczej ułożonych diet. Ocena poprawności składu diet ułożonych na ćwiczeniach, omówienie schematów postępowania i aktualnie obowiązujących wytycznych przy układaniu jadłospisów dla osób z wybranymi schorzeniami metabolicznymi. Zaliczenie zajęć praktycznych.

6. Podsumowanie zasad układania diet w wybranych schorzeniach cywilizacyjnych. Kolokwium zaliczeniowe.

#### **Inne**

1.

2.

3.

*itd...*

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

1. Jarosz M.: Praktyczny podręcznik dietetyki. IŻŻ, Warszawa 1010
2. Biernat J. (red): Wybrane zagadnienia z nauki o żywieniu człowieka. Wydawnictwo Uniwersytetu Przyrodniczego we Wrocławiu, Wrocław 2009
3. Przysławski J. (red): Ocena wartości odżywczej żywności, żywienia i stanu odżywienia. Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu, Poznań 2009

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

1. Bujko J. (red): Podstawy dietetyki. Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2008
2. Bawa S., Gajewska D., Kozłowska L., Lange E., Myszkowska-Ryciak J., Włodarek D.: Dietoterapia 1. Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2009.

**Wymagania dotyczące pomocy dydaktycznych:** (np. laboratorium, rzutnik multimedialny, inne...) rzutnik multimedialny, tablice wartości odżywczej, albumy z barwnymi fotografiami produktów i potraw, komputer, programy żywieniowe, 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, kryteria 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) UWAGA! Warunkiem zaliczenia przedmiotu nie może być obecność na zajęciach

Ocena:	Kryteria zaliczenia przedmiotu na ocenę:
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)
zaliczenie	Ćwiczenia i seminaria: zaliczenie prac przewidzianych programem przedmiotu i kolokwium.

Ocena:	Kryteria oceny z egzaminu:
Bardzo dobra (5,0)	
Ponad dobra (4,5)	

Dobra (4,0)	
Dość dobra (3,5)	
Dostateczna (3,0)	

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

<b>Osoba odpowiedzialna za przedmiot (koordynator):</b>	<b>Bożena Regulska-Iłow</b>
<b>Numer telefonu:</b>	<b>71 348 25 70</b>
<b>E-mail:</b>	<b>bozena.regulska-ilow@umed.wroc.pl</b>

<b>Wykaz osób prowadzących poszczególne zajęcia:</b>				
<b>Imię i nazwisko:</b>	<b>Stopień / tytuł naukowy lub zawodowy:</b>	<b>Dyscyplina naukowa:</b>	<b>Wykonywany zawód:</b>	<b>Forma prowadzenia zajęć:</b>
<b>Bożena Regulska-Iłow</b>	<b>Dr hab.</b>	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	<b>Wykłady synchroniczne</b>
<b>Dorota Różańska</b>	<b>dr</b>	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	<b>CN</b>
<b>Anna Czekajło-Kozłowska</b>	<b>dr</b>	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	<b>CN</b>
<b>Klaudia Konikowska</b>	<b>mgr</b>	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	<b>CN</b>

**Data opracowania sylabusu**

**Imię i nazwisko autora (autorów) sylabusu:**

...1.10.2020.....

...Bożena Regulska-Iłow.....

**Podpis Kierownika jednostki prowadzącej zajęcia**

.....

**Podpis Dziekana wydziału zlecającego przedmiot:**



.....