



Profilaktyka Żywieniowa

1. METRYCZKA

Rok akademicki	2022/23
Wydział	Wydział Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Dietetyka
Dyscyplina wiodąca (zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra MSW z 26 lipca 2019)	Profilaktyka Żywieniowa
Profil studiów (ogólnoakademicki/praktyczny)	Praktyczny
Poziom kształcenia (I stopnia/II stopnia/ jednolite magisterskie)	I stopnia
Forma studiów (stacjonarne/niestacjonarne)	Stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu (obowiązkowy/fakultatywny)	Obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się (egzamin/zaliczenie)	Zaliczenie

Jednostka/jednostki prowadząca/e (oraz adres/y jednostki/jednostek)	Zakład Dietetyki Klinicznej WUM ul. Erazma Ciołka 27 01-445
--	--

Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	Prof. dr hab. Dorota Szostak-Węgierek
Koordynator przedmiotu (tytuł, imię, nazwisko, kontakt)	Dr Anna Ukleja anna.ukleja@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus (imię, nazwisko oraz kontakt do osoby, której należy zgłaszać uwagi dotyczące sylabusu)	Anna Ukleja jw.
Prowadzący zajęcia	Prof.dr hab. D. Szostak-Węgierek, dr Anna Ukleja mgr Marzena Sekuła

2. INFORMACJE PODSTAWOWE

Rok i semestr studiów	III rok licencjat semester letni	Liczba punktów ECTS	2
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ		Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim			
wykład (W)		20	
seminarium (S)		30	
ćwiczenia (C)		0	
e-learning (e-L)			
zajęcia praktyczne (ZP)			

praktyka zawodowa (PZ)		
Samodzielna praca studenta		
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń		
3. CELE KSZTAŁCENIA		
	1. Przekazanie wiedzy na temat epidemiologii przyczyn oraz zapobiegania niezakaźnym chorobom cywilizacyjnym oraz roli żywienia w powstawaniu zapobieganiu i leczeniu chorób dietozależnych, m.in. za pomocą edukacji żywieniowej.	
	2. Rozwinięcie umiejętności planowania zasad postępowania dietetycznego w celu zapobiegania dietozależnym chorobom cywilizacyjnym i ich leczenia.	
	3. Rozwinięcie umiejętności prowadzenia edukacji żywieniowej w celu zapobiegania chorobom dietozależnym, m.in. poprzez poradnictwo dietetyczne i programy profilaktyczne oraz umiejętność opracowywania materiałów edukacyjnych dla chorych.	

4. EFEKTY UCZENIA SIĘ	
Numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
Wiedzy — Absolwent zna i rozumie:	
E_W13	1. Wymienia objawy i przyczyny wybranych chorób oraz wskazuje podstawy działań interwencyjnych wobec pacjentów.
E_W25	2. Posiada wiedzę na temat wpływu prawidłowego i nieprawidłowego żywienia na zdrowie człowieka oraz czynników determinujących zachowania żywieniowe różnych grup populacyjnych
E_W30	3. Zna zasady i znaczenie promocji zdrowia, właściwego odżywiania i zdrowego stylu życia w profilaktyce chorób dietozależnych
E_W57	4. Opisuje zasady i znaczenie promocji zdrowia, właściwego odżywiania i zdrowego stylu życia w profilaktyce chorób społecznych i dietozależnych.

Umiejętności — Absolwent potrafi:

E_U01	1. Prowadzi edukację żywieniową dla osób zdrowych i chorych, ich rodzin oraz pracowników ochrony zdrowia.
E_U04	2. Planuje i wdraża odpowiednie postępowanie żywieniowe w celu zapobiegania chorobom dietozależnym .
E_U016	3. Potrafi korzystać ze specjalistycznej literatury naukowej krajowej i zagranicznej, naukowych baz danych oraz informacji i danych przekazywanych przez międzynarodowe organizacje zajmujące się problematyką żywienia
E_U023	4. Przygotowuje materiały edukacyjne dla pacjenta.
E_U39	5. Potrafi w sposób praktyczny wykorzystać wiedzę z zakresu żywienia człowieka zdrowego i chorego w prowadzeniu edukacji żywieniowej pracując indywidualnie i w zespole
E_U65	6. Wskazuje procesy prowadzące do rozwoju chorób i analizuje zależności między żywieniem a rozwojem chorób

Kompetencji społecznych — Absolwent jest gotów do:

E_K04	1. Posiada świadomość stałego dokształcania się.
E_K18	2. Stale poszukuje informacji na temat żywienia
E_K20	3. Systematycznie wzbogaca wiedzę
E_K30	4. Docenia przestrzeganie zdrowego stylu życia jako metody profilaktyki przewlekłych chorób niezakaźnych

5. ZAJĘCIA

Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
Wykłady/seminaria	1. Tematy zajęć i treści kształcenia W1 – Treści kształcenia: T1 - Choroby dietozależne : definicja, epidemiologia, przyczyny, współczesne zagrożenia, koszty leczenia, długość życia. Wykładowca: Prof. dr hab. D. Szostak-Węgierek W2 – Treści kształcenia: T2 – Psychologiczne aspekty otyłości Wykładowca: mgr Marzena Sekuła W3 – Treści kształcenia: T3 – Choroby układu krążenia (nadciśnienie, ChNS, zawał serca, udar mózgu-epidemiologia. Czynniki ryzyka, rozpoznanie, leczenie zaburzeń lipidowych, leczenie dietetyczne. Profilaktyka chorób układu sercowo-naczyniowego. Wykładowca: Prof. dr hab. D. Szostak-Węgierek W4– Treści kształcenia: T4 – Profilaktyka depresji. Wykładowca: Prof. dr hab. D. Szostak-Węgierek W5 – Treści kształcenia: T5– Indeks i ładunek glikemiczny. Wykorzystanie tych wskaźników w planowaniu diety chorych na cukrzycę typu 2 i w zapobieganiu cukrzycy. Zastosowanie indeksu glikemicznego w profilaktyce i dietoterapii otyłości i chorób sercowo naczyniowych. Wykładowca: dr Anna Ukleja	

	W6 – Treści kształcenia: T6– Programy profilaktyczne w cukrzycy Wykładowca: dr Anna Ukleja W7 – Treści kształcenia: T7 – Błędy żywieniowe a ryzyko niepłodności u kobiet i mężczyzn. Możliwości profilaktyki zaburzeń płodności. Wykładowca: Prof .dr hab. Dorota Szostak-Węgierek W8 – Treści kształcenia: T8 – Profilaktyka i leczenie chorób oczu (zwyrodnienie plamki żółtej, zaćma, jaskra). Wykładowca: dr Anna Ukleja W9 – Treści kształcenia: T9 – Rola czynników dietetycznych w symptomatologii zaburzeń czynnościowych jelit. Zaparcia, biegunki. Wykładowca: dr Anna Ukleja W10 – Treści kształcenia: T10 – Profilaktyka i leczenie chorób neurodegeneracyjnych i ośrodkowego układu nerwowego- choroba Parkinsona i Alzheimera . Definicja, epidemiologia, rozpoznanie. Czynniki żywieniowe mające znaczenie w rozwoju i przebiegu choroby. Wykładowca: dr Anna Ukleja S1- Treści kształcenia T1-4 – Choroby dietozależne : definicja, epidemiologia, przyczyny, współczesne zagrożenia, koszty leczenia, długość życia. Wykładowca: Prof.dr hab. D. Szostak-Węgierek S2- Treści kształcenia T2 – Psychologiczne aspekty otyłości Wykładowca: mgr Marzena Sekuła S3- Treści kształcenia T3 – – Choroby układu krążenia (nadciśnienie, ChNS, zawał serca, udar mózgu-epidemiologia. Czynniki ryzyka, rozpoznanie, leczenie zaburzeń lipidowych,	
--	---	--

	leczenie dietetyczne. Profilaktyka chorób układu sercowo-naczyniowego. Wykładowca: Prof. dr hab. D. Szostak-Węgierek S4- Treści kształcenia T4 – Profilaktyka depresji. Wykładowca: Prof.dr hab. D. Szostak-Węgierek S5- Treści kształcenia T5- Indeks i ładunek glikemiczny. Wykorzystanie tych wskaźników w planowaniu diety chorych na cukrzycę typu 2 i w zapobieganiu cukrzycy. Zastosowanie indeksu glikemicznego w profilaktyce i dietoterapii otyłości i chorób sercowo naczyniowych. Wykładowca: dr Anna Ukleja S6- Treści kształcenia T6 – Programy profilaktyczne w cukrzycy . Wykładowca: dr Anna Ukleja S7- Treści kształcenia T7 – Błędy żywieniowe a ryzyko chorób kobiecych (zespół napięcia przedmiesiączkowego, endometrioza, zaburzenia płodności u kobiet i mężczyzn), możliwości profilaktyki. Wykładowca: Prof.dr hab. Dorota Szostak-Węgierek S8- Treści kształcenia T8 – Profilaktyka i leczenie chorób oczu (zwyrodnienie plamki żółtej, zaćma, jaskra). Wykładowca: dr Anna Ukleja S9- Treści kształcenia T9– Rola czynników dietetycznych w symptomatologii zaburzeń czynnościowych jelit. Zaparcia, biegunki. Wykładowca: dr Anna Ukleja S10- Treści kształcenia T10— Profilaktyka i leczenie chorób neurodegeneracyjnych i ośrodkowego układu nerwowego-choroba Parkinsona i Alzheimerera . Definicja, epidemiologia, rozpoznanie. Czynniki żywieniowe mające znaczenie w rozwoju i przebiegu choroby. Wykładowca: dr Anna Ukleja	
--	---	--

6. LITERATURA Obowiązkowa		
1.	Cichocka A.: Praktyczny poradnik żywieniowy w odchudzaniu oraz profilaktyce i leczeniu cukrzycy typu 2. Wyd. Medyk 2010	
2.	Dietoterapia 1. Wydawnictwo SGGW. Warszawa 2009	
3.	Poniewierka E (red): Żywność w chorobach przewodu pokarmowego i zaburzeniach metabolicznych. Wyd. Cornetis 2010	
4.	Sobotka L (red): Podstawy Żywienia Klinicznego. Redakcja Naukowa wydania polskiego: T. Korba., S Kłęk. Wyd. Lek. PZWL 2013.	
5.	Kunachowicz H.: Tabele składu i wartości odżywczej. Wyd. PZWL 2017	
6.	Ukleja A., Kunachowicz H., Szczygiel B.: Zastosowanie Indeksu glikemicznego w profilaktyce i leczeniu otyłości. Wyd. WUM 2012	
7.	Szostak-Węgierek D: Zespół metaboliczny u dzieci i młodzieży jako wyzwanie dla zdrowia publicznego. Problemy Higieny i Epidemiologii 2008, 89(1), 21-29.	
8.	Dorota Szostak-Węgierek. Intrauterine nutrition: long-term consequences for vascular health. International Journal of Women's Health 2014:6 647–656.	
9.	Medyczne, Poznań 2006	
10.	Podstawy dietetyki. Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2006	
11.	Jarosz M (red): Dietetyka – żywność, żywienie w prewencji i leczeniu. Wydawca IŻŻ, Warszawa 2016/17.	
12.	Jarosz M (red): Otyłość, Żywność, Aktywność fizyczna, Zdrowie Polaków. Wydawca IŻŻ, Warszawa 2006	
13.	Bawa S., Gajewska D., Kozłowska L i wsp.: Dietoprofilaktyka1. Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2009.	
9.	Janeczko-Sosnowska E. Diabetologia . Cukrzyca typu 1 . Wydawnictwo CZELEJ, Lublin 2008	
	Cichocka A.: Praktyczny poradnik żywieniowy w odchudzaniu oraz profilaktyce i leczeniu cukrzycy typu 2. Wyd. Medyk 2010	
10.	Dietoterapia 1. Wydawnictwo SGGW. Warszawa 2009	
11.	Poniewierka E (red): Żywność w chorobach przewodu pokarmowego i zaburzeniach metabolicznych. Wyd. Cornetis 2010	
12.	Sobotka L (red): Podstawy Żywienia Klinicznego. Redakcja Naukowa wydania polskiego: T. Korba., S Kłęk. Wyd. Lek. PZWL 2013.	
13.	Kunachowicz H.: Tabele składu i wartości odżywczej. Wyd. PZWL 2017	
14.	Ukleja A., Kunachowicz H., Szczygiel B.: Zastosowanie Indeksu glikemicznego w profilaktyce i leczeniu otyłości. Wyd. WUM 2012	
15.	Szostak-Węgierek D: Zespół metaboliczny u dzieci i młodzieży jako wyzwanie dla zdrowia publicznego. Problemy Higieny i Epidemiologii 2008, 89(1), 21-29.	
16.	Dorota Szostak-Węgierek. Intrauterine nutrition: long-term consequences for vascular health. International Journal of Women's Health 2014:6 647–656.	
9.	Medyczne, Poznań 2006	
10.	Podstawy dietetyki. Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2006	
11.	Jarosz M (red): Dietetyka – żywność, żywienie w prewencji i leczeniu. Wydawca IŻŻ, Warszawa 2016/17.	
12.	Jarosz M (red): Otyłość, Żywność, Aktywność fizyczna, Zdrowie Polaków. Wydawca IŻŻ, Warszawa 2006	
13.	Bawa S., Gajewska D., Kozłowska L i wsp.: Dietoprofilaktyka1. Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2009.	
14.	Dietoterapia. Włodarek D, LangeE, Kozłowska L, Głabska D., Wyd. PZWL 2014	
14.	Dietetyka kliniczna red.. Marian Grzymisławski. PZWL 2019	
15.	Żywność osób z cukrzycą i chorobami towarzyszącymi - red. Anna Jeznach-Steinhagen wyd. PZWL 2020	
17.	Żywność kliniczna praktyczne zagadnienia. Sylwia Małgorzewicz Tom I i II wyd. Czelej 2020	

18. Żywnienie w chorobach nowotworowych red. Andrzej Szawłowski wyd. PZWL 2020
19. Obesitologia Kliniczna red. Magdalena Olszanecka-Glinianowicz wyd. PZWL 2021
Żywnienie Człowieka zdrowego I chorego red. Marian Grzymisławski, Małgorzata Moszak wyd. PWN 2022

Uzupełniająca

7. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
seminaria	zaliczenie	Ocenianie formujące: dyskusja podczas zajęć; rozwiązywanie zadań w małych grupach podczas ćwiczeń; analiza materiałów/problemów podczas seminariów.
wykłady	zaliczenie	Test wyboru poniżej 65% możliwych do zdobycia punktów - nżl

8.

INFORMACJE DODATKOWE (informacje istotne z punktu widzenia nauczyciele niezawarte w pozostałej części sylabusu, np. czy przedmiot jest powiązany z badaniami naukowymi, szczegółowy opis egzaminu, informacje o kole naukowym)

„Prawa majątkowe, w tym autorskie do sylabusu, przysługują WUM. Sylabus może być wykorzystywany dla celów związanych z kształceniem na studiach odbywanych w WUM. Korzystanie z sylabusu w innych celach wymaga zgody WUM.