Profilaktyka Żywieniowa

1. METRYCZKA	
Rok akademicki	2023/2024
Wydział	Wydział Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Dietetyka
Dyscyplina wiodąca *(zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra NiSW z 26 lipca 2019)*	Nauki o zdrowiu
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 W-wa
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 sylabusa)*	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	0,8
seminarium (S)	30	1,2
ćwiczenia (C)		
e-learning (e-L)		
zajęcia praktyczne (ZP)		
praktyka zawodowa (PZ)		
Samodzielna praca studenta		

Przygotowanie do zajęć i zaliczeń	20	

3. CELE KSZTAŁCENIA	
C1	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.
C2	Rozwinięcie umiejętności planowania zasad postępowania dietetycznego w celu zapobiegania dietozależnym chorobom cywilizacyjnym i ich leczenia.
C3	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:	
W13	Wymienia objawy i przyczyny wybranych chorób oraz wskazuje podstawy działań interwencyjnych wobec pacjentów.
W25	Posiada wiedzę na temat wpływu prawidłowego i nieprawidłowego żywienia na zdrowie człowieka oraz czynników determinujących zachowania żywieniowe różnych grup populacyjnych
W30	Zna zasady i znaczenie promocji zdrowia, właściwego odżywiania i zdrowego stylu życia w profilaktyce chorób dietozależnych
W57	Opisuje zasady i znaczenie promocji zdrowia, właściwego odżywiania i zdrowego stylu życia w profilaktyce chorób społecznych i dietozależnych
Umiejętności – Absolwent potrafi:	
U01	Prowadzi edukacje żywieniową dla osób zdrowych i chorych, ich rodzin oraz pracowników

	ochrony zdrowia.
U04	Planuje i wdraża odpowiednie postępowanie żywieniowe w celu zapobiegania chorobom dietozależnym
U016	Potrafi korzystać ze specjalistycznej literatury naukowej krajowej i zagranicznej, naukowych baz danych oraz informacji i danych przekazywanych przez międzynarodowe organizacje zajmujące się problematyką żywienia
U023	Przygotowuje materiały edukacyjne dla pacjenta
U065	Wskazuje procesy prowadzące do rozwoju chorób i analizuje zależności między żywieniem a rozwojem chorób
Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:	
K04	Posiada świadomość stałego dokształcania się.
K18	Stale poszukuje informacji na temat żywienia
K20	Systematycznie wzbogaca wiedzę
K30	Docenia przestrzeganie zdrowego stylu życia jako metody profilaktyki przewlekłych chorób niezakaźnych

5. ZAJĘCIA

Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
Wykład 1- Choroby dietozależne	**W1 –** Treści kształcenia: **T1 -** Choroby dietozależne : definicja, epidemiologia, przyczyny, współczesne zagrożenia, koszty leczenia, długość życia. **Wykładowca: Prof. dr hab. D. Szostak-Węgierek**	W13, W25, W57, U016, U65, K30
Wykład 2 Psychologiczne aspekty otyłości	**W2 –** Treści kształcenia: **T2 –** Psychologiczne aspekty otyłości :Czynniki psychologiczne w rozwoju i utrzymaniu otyłości, psychologiczne konsekwencje nadmiernej masy ciała, oddziaływanie psychologiczne w procesie leczenia. **Wykładowca: mgr Marzena Sekuła**	W13, W25, U04, U016, U65, K30
Wykład 3 Choroby układu krążenia	**W3 –** Treści kształcenia: **T3 –** Choroby układu krążenia nadciśnienie, ChNS, zawał serca, udar mózgu- epidemiologia. Czynniki ryzyka, rozpoznanie, leczenie	W13, W25, W30, W57, U016, U65, K30

	zaburzeń lipidowych, leczenie dietetyczne. Profilaktyka chorób układu sercowo-naczyniowego. **Wykładowca: Prof. dr hab. D. Szostak-Węgierek**	
Wykład 4 **Profilaktyka depresji**	**W4–** Treści kształcenia: **T4 –** Profilaktyka depresji. **Wykładowca: Prof. dr hab. D. Szostak-Węgierek**	W13, W25, W57, U016, U65, K18, K30
Wykład 5 **Indeks i ładunek glikemiczny**	**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**	W13, W25, U04, U016, U65, K04, K18, K20
Wykład 6 **Programy profilaktyczne**	**W6 –** Treści kształcenia: **T6–** Programy profilaktyczne w cukrzycy. Przegląd programów polityki zdrowotnej na poziomie centralnym (MZ) i regionalnym (JST) **Wykładowca: dr Anna Ukleja**	W13, W25, W30, W57, U01, U04, U016, U65, U023, K30
Wykład 7 **Choroby kobiece**	**W7 –** 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. D. Szostak-Węgierek**	W13, W25, W30, W57, U016, U65, K04, K18, K30
Wykład 8 **Choroby oczu**	**W8 –** Treści kształcenia: **T8 –** Profilaktyka i leczenie chorób oczu : epidemiologia, przyczyny , leczenie, dieta (zwyrodnienie plamki żółtej, zaćma, jaskra). **Wykładowca: dr Anna Ukleja**	W13, W57, U016, U65, K04, K18, K30
Wykład 9 **Zaburzenia czynnościowe jelit**	**W9 –** Treści kształcenia: **T9 –** Rola czynników dietetycznych w symptomatologii zaburzeń czynnościowych jelit. Zaparcia, biegunki. **Wykładowca: dr Anna Ukleja**	W13, W25, W57, U04, U016, U65, K18, K20, K30
Wykład 10 **Choroby neurodegeneracyjne**	**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.	W13, W25, W57, U016, U65, K18, K20, K30

	Wykładowca: dr Anna Ukleja	
Seminarium 1	**S1**- Treści kształcenia **T1-** – Choroby dietozależne **Wykładowca: Prof.dr hab. D. Szostak-Węgierek**	W13, W25, W57, U016, U39 U65, K04, K18, K30
Seminarium 2	**S2**- Treści kształcenia **T2** – Case Study- prawdziwe historie pacjentów chorujących na otyłość. **Wykładowca: mgr Marzena Sekuła**	W13, W25, U01, U04, U016, U023, U39, U65, K30
Seminarium 3	**S3**- Treści kształcenia **T3** – **–** Choroby układu krążenia **Wykładowca: Prof. dr hab. D. Szostak-Węgierek**	W13, W25, W30, W57, U01, U016, U023 , U39, U65, K30
Seminarium 4	**S4**- Treści kształcenia **T4** – Profilaktyka depresji. **Wykładowca: Prof.dr hab. D. Szostak-Węgierek**	W13, W25, W57, U016, U39, U65, K18, K20, K30
Seminarium 5	**S5**- Treści kształcenia **T5-** Indeks i ładunek glikemiczny. Obliczanie diet pod kątem indeksu i ładunku glikemicznego. **Wykładowca: dr Anna Ukleja**	W13, W25, U04, U016, U39, U65, K04, K18, K20
Seminarium 6	**S6**- Treści kształcenia **T6 –** Rola diety w profilaktyce cukrzycy i jako działanie w programach profilaktycznych. **Wykładowca**: **dr Anna Ukleja**	W13, W25, W30, W57, U01, U04, U016, U39, U65, U023, K04, K30
Seminarium 7	**S7**- Treści kształcenia **T7** – Błędy żywieniowe a ryzyko chorób kobiecych **Wykładowca: Prof. dr hab. Dorota Szostak-Węgierek**	W13, W25, W30, W57, U016, U39, U65, K04, K18, K20, K30
Seminarium 8	**S8**- Treści kształcenia **T8** – Rola czynników żywieniowych w profilaktyce i leczeniu chorób oczu. **Wykładowca: dr Anna Ukleja**	W13, W57, U016, U39, U65, K04, K18, K20, K30
Seminarium 9	**S9**- Treści kształcenia **T9**– Planowanie żywienia u pacjentów z zaburzeniami czynnościowymi jelit. **Wykładowca: dr Anna Ukleja**	W13, W57, U016, U39, U65, K04, K18, K20, K30
Seminarium 10	**S10-** Treści kształcenia T10—planowanie żywienia i suplementacji u pacjentów z chorobami neurodegeneracyjnymi **Wykładowca: dr Anna Ukleja**	W13, W25, W57, U016, U023, U39, U65, K04, K18, K20, K30

6. LITERATURA Obowiązkowa

1. Poniewierka E (red): Żywienie w chorobach przewodu pokarmowego i zaburzeniach metabolicznych. Wyd. Cornetis 2010
2. Sobotka L (red): Podstawy Żywienia Klinicznego. Redakcja Naukowa wydania polskiego: T. Korba., S Kłęk. Wyd. Lek. PZWL 2019.
3. Kunachowicz H.: Tabele składu i wartości odżywczej. Wyd. PZWL 2017
4. Ukleja A., Kunachowicz H., Szczygieł B.: Zastosowanie Indeksu glikemicznego w profilaktyce i leczeniu otyłości. Wyd. WUM 2012
5. Dorota Szostak-Węgierek. Intrauterine nutrition: long-term consequences for vascular health. International Journal of Women's Health 2014:6 647–656.
6. Jarosz M (red).: Dietetyka – żywność, żywienie w prewencji i leczeniu. Wydawca IŻŻ, Warszawa 2016/17.
7. Sobotka L (red): Podstawy Żywienia Klinicznego. Redakcja Naukowa wydania polskiego: T. Korba., S Kłęk. Wyd. Lek. PZWL 2019.
8. Kunachowicz H.: Tabele składu i wartości odżywczej. Wyd. PZWL 2017
9. Ukleja A., Kunachowicz H., Szczygieł B.: Zastosowanie Indeksu glikemicznego w profilaktyce i leczeniu otyłości. Wyd. WUM 2012
10. Jarosz M (red).: Dietetyka – żywność, żywienie w prewencji i leczeniu. Wydawca IŻŻ, Warszawa 2016/17.
11. Dietoterapia. Włodarek D, Lange E, Kozłowska L, Głąbska D., Wyd. PZWL 2014
12. Dietetyka kliniczna red.. Marian Grzymisławski. PZWL 2019
13. Żywienie osób z cukrzycą i chorobami towarzyszącymi - red. Anna Jeznach-Steinhagen wyd. PZWL 2020
14. Żywienie kliniczne praktyczne zagadnienia. Sylwia Małgorzewicz Tom I i II wyd. Czelej 2020
15. Żywienie w chorobach nowotworowych red. Andrzej Szawłowski wyd. PZWL 2020
16. Obesitologia Kliniczna red. Magdalena Olszanecka-Glinianowicz wyd.PZWL 2021
17. Żywienie Człowieka zdrowego I chorego red. Marian Grzymisławski , Małgorzata Moszak wyd. PWN 2022
18. Współczesna dietoterapia red. Dariusz Włodarek, Lucyna Lange ; wyd. PZWL 2022

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-nzl (dwa podejścia)

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

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

UWAGA

Końcowe 10 minut ostatnich zajęć w bloku/semestrze/roku należy przeznaczyć na wypełnienie przez studentów Ankiety Oceny Zajęć i Nauczycieli Akademickich