



Diety niekonwencjonalne i trendy żywieniowe

1. METRYCZKA

Rok akademicki	2024/2025
Wydział	Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Dietetyka
Dyscyplina wiodąca	Nauki o zdrowiu
Profil studiów	Praktyczny
Poziom kształcenia	II stopnia
Forma studiów	niestacjonarne
Typ modułu/przedmiotu	Obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się	Zaliczenie
Jednostka prowadząca /jednostki prowadzące	Zakład Żywienia Człowieka Ul. Erazma Ciołka 27 01-44 Warszawa
Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	Dr Beata Sińska
Koordynator przedmiotu	Dr Beata Sińska beata.sinska@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus	Dr Beata Sińska
Prowadzący zajęcia	Dr Beata Sińska, dr Katarzyna Wolnicka

2. INFORMACJE PODSTAWOWE

Rok i semestr studiów	II mgr, III sem	Liczba punktów ECTS	1,00
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ			

Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim	Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
wykład (W)	8	0,5
seminarium (S)	6	0,3
ćwiczenia (C)		
e-learning (e-L)		
zajęcia praktyczne (ZP)		
praktyka zawodowa (PZ)		
Samodzielna praca studenta		
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń	11	0,2

3. CELE KSZTAŁCENIA

C1	Dostarczenie wiedzy i kształtowanie umiejętności z zakresu niekonwencjonalnego sposobu żywienia oraz znaczenia diet alternatywnych w żywieniu i dietetyce
C2	Dostarczenie wiedzy o korzyściach i zagrożeniach związanych ze stosowaniem niekonwencjonalnego sposobu żywienia u osób zdrowych oraz w różnych jednostkach chorobowych.
C3	Ocena krytyczna trendów żywieniowych
C4	Określenie przydatności mediów społecznościowych w propagowaniu diet niekonwencjonalnych i nowych trendów żywieniowych

4. EFEKTY UCZENIA SIĘ

Numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
--------------------------	-------------------

Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:

E_W22	Posiada wiedzę o roli czynników kulturowych i społecznych w powstawaniu i utrwalaniu zachowań żywieniowych w zależności od środowiska bytowania oraz zna podstawowe problemy społeczno-kulturowe związane z żywieniem
E_W23	Zna diety niekonwencjonalne i ich wpływ na zdrowie
E_W24	Zna najnowsze trendy żywieniowe, potrafi definiować ich wpływ na zdrowie populacji
E_W45	Zna mocne i słabe strony mediów społecznościowych oraz szanse i zagrożenia jakie niesie ich użytkowanie oraz przedstawia zastosowanie mediów społecznościowych do celów edukacyjnych i promocyjnych

Umiejętności – Absolwent potrafi:

E_U32	Świadomy obecności grup produktów spożywczych zaliczanych do żywności funkcjonalnej oraz żywności specjalnej. Rozróżnia je, wskazuje na ich cechy charakterystyczne, w tym obecne w żywności funkcjonalnej składniki bioaktywne
-------	---

E_U45	Krytycznie analizuje media społecznościowe pod kątem celów i funkcji, jakie spełniają i dobiera kanały komunikowania, które mogą być wykorzystane w edukacji żywieniowej
E_U63	Potrafi zidentyfikować uwarunkowania kulturowe, religijne i etniczne problemów pacjenta, klienta oraz grupy społeczne
E_U76	Charakteryzuje i analizuje nowe trendy żywieniowe
Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:	
E_K14	Świadomy potrzeby stałego uzupełniania i pogłębiania wiedzy

5. ZAJĘCIA

Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
W1	Historia diet odchudzających – korzyści i zagrożenia	E_W22, E_W23, E_U32, E_U76 E_K14
W2	Historia diet w diabetologii	E_W22, E_W23, E_U76 E_K14
W3	Diety LCD i VLCD – korzyści, zagrożenia i zastosowanie w terapii	E_W22, E_W23, E_U45 E_K14
W4	Diety alternatywne i trendy żywieniowe	E_W22, E_W23, E_U45 E_K14
S1	Ocena skuteczności diet redukcyjnych	E_W22, E_W23, E_W24, E_W45 E_U32, E_U45, E_U76 E_K14
S2	Alternatywy produktów zwierzęcych/ mięsa (roślinne produkty, owady)	E_W22, E_W23, E_W24, E_W45 E_U32, E_U45, E_U76 E_K14

6. LITERATURA

Obowiązkowa

1. K. Krzystyniak (red.), 2021, Nowe trendy w dietetyce, Wyd. Medyk
2. J. Reguła, Charakterystyka wybranych diet alternatywnych, Forum Zaburzeń Metabolicznych 2013, vol. 4, nr 3, 115–121)
3. B. Płonki-Syroki (red) Historia diet i kultury odżywiania, 2020, Wyd. UM Wrocław
4. G. Vigarello, Historia otyłości, 2012, Wydawnictwo Aletheia

7. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
E_W22, E_W23, E_W24, E_W45 E_U32, E_U45, E_U76 E_K14	Zaliczenie prac wykonywanych podczas zajęć i przygotowywanych w domu (prezentacje)	Obecność na zajęciach Uzyskanie pozytywnej oceny prezentowanych prac

8. INFORMACJE DODATKOWE

(tu należy zamieścić 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.

UWAGA

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