

KARTA PRZEDMIOTU NA ROK AKADEMICKI 2020/ 2021								
INFORMACJE OGÓLNE								
1. Nazwa przedmiotu kształcenia		Dietoterapia						
2. Nazwa jednostki		Wydział Nauk o Zdrowiu Zakład Dietetyki						
3. Grupa treści kształcenia		treści kształcenia kierunkowego						
4. Typ przedmiotu		obowiązkowy						
5. Poziom studiów		studia pierwszego stopnia						
6. Liczba punktów ECTS		3						
7. Poziom przedmiotu		podstawowy						
8. Rok studiów, semestr		rok II, semestr IV - letni						
9. Liczba godzin w semestrze		Wyk.	Ćw.	L*	Prj.	Pbn.	Zp.	Pr.
		30		30				
10. Język wykładowy:		polski						
11. Wykładowca (wykładowcy)		Angelika Dadej, dr inż., Agnieszka Panasiuk, mgr						
INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE								
12. Wymagania wstępne								
1) Podstawowa wiedza z zakresu podstaw dietetyki, żywienia i fizjologii człowieka								
13. Cele przedmiotu								
C1 Zdobycie wiedzy i umiejętności w zakresie udzielania fachowych porad dietetycznych i planowania żywienia dla pacjentów w różnych okresach rozwoju chorób dietozależnych								
C2 Nabycie wiedzy i umiejętności rozumienia leczenia dietetycznego, planowania dietoterapii i prawidłowego doboru produktów w podstawowych dietach leczniczych								
14. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych								
Student, który zaliczył przedmiot:						odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się		
WIEDZA								
EU01 Student posiada wiedzę dotyczącą zastosowania podstawowych diet leczniczych w wybranych chorobach dietozależnych w zależności od stopnia zaawansowania choroby						K_W05, K_W09, K_W17, K_W21, K_W22		
EU02 Student zna budowę i funkcje organizmu człowieka oraz objawy i przyczyny wybranych zaburzeń i zmian chorobowych w zakresie właściwym dla programu kształcenia						K_W01, K_W02, K_W21		
UMIEJĘTNOŚCI								

EU03 Student potrafi zaplanować i wdrożyć odpowiednie postępowanie żywieniowe w celu zapobiegania chorobom dietozależnym oraz ich leczenia	K_U05, K_U11, K_U12, K_U18, K_U28
EU04 Student potrafi udzielić porady dietetycznej w ramach zespołu terapeutycznego	K_U02, K_U04
KOMPETENCJE SPOŁECZNE	
EU5 Student kontynuuje naukę przez całe życie zawodowe w celu stałego uaktualniania wiedzy i umiejętności zawodowych	K_K03
EU06 Student posiada świadomość własnych ograniczeń, potrafi zasugerować pacjentowi potrzebę konsultacji medycznej	K_K01, K_K02
EU07 Student posiada świadomość konieczności współpracy z zespołem terapeutycznym w przypadku dietoterapii schorzeń dietozależnych	K_K01, K_K11
15. Treści programowe	
Forma zajęć - wykłady	
1) Zajęcia wprowadzające: Film edukacyjny „Jedzenie ma znaczenie”. 2-3) Komórkowe składniki odżywcze podstawą zdrowia. Synergia komórkowych składników odżywczych. 4) Budowa i podział tłuszczów. Różnica między tłuszczami roślinnymi i zwierzęcymi. Źródła tłuszczów w żywieniu. Rola i znaczenie lipidów ustrojowych w organizmie. 5-6) Dietoterapia wybranych chorób układu krążenia. Cholesterol a choroby serca – przyczyna czy skutek miażdżycy? 7) Budowa i podział węglowodanów. Główne funkcje i przemiany węglowodanów w organizmie. Znaczenie błonnika pokarmowego w żywieniu człowieka. Definicja i klasyfikacja zakresów glikemii. Glikemia poposiłkowa a wiek człowieka. Znaczenie indeksu glikemicznego i ładunku glikemicznego oraz czynniki wpływające na jego wartość. 8-9) Rola węglowodanów w posiłku przed i potreningowym. Wpływ insuliny na metabolizm składników pokarmowych. Charakterystyka hipoglikemii i hiperlikemii. Przykład działania insuliny u osoby ćwiczącej przyjmującej insulinę. Dietoterapia w chorobach trzustki. 10) Glikemia kontra żywienie zgodnie z dobowym zegarem biologicznym człowieka. Znaczenie i skutki niedoborów snu. Sen i hormon wzrostu. Proces powstawania tkanki tłuszczowej. 11-12) Cukrzyca – epidemia XXI wieku. Dietoterapia w cukrzycy. 13) Charakterystyka i funkcja białka w ustroju człowieka. Znaczenie aminokwasów w organizmie. Wartość odżywcza białek. Źródła białka w żywieniu. Skutki nadmiernego i niedostatecznego spożywania białka. 14) Zakwaszenie organizmu. Przyczyny i mechanizmy dny moczanowej. Charakterystyka czynników ryzyka, objawów klinicznych i chorób współistniejących u osób z dną moczanową. 15) Dietoterapia dny moczanowej. 16-17) Mikrobiom – jak oddziałują na nas bakterie jelitowe? Jelitowy układ nerwowy, czyli do czego służy nasz drugi mózg. Dieta na mikrobiom. Znaczenie probiotyków, prebiotyków i synbiotyków w profilaktyce chorób układu pokarmowego. 18-19) Dietoterapia wybranych chorób przewodu pokarmowego. 20-21) Jak działa świat hormonów? Hormony przyczyną niepowodzeń w dążeniu do idealnej sylwetki. Przyczyny, epidemiologia i kliniczne objawy chorób tarczycy. Dietoterapia nadczynności oraz niedoczynności tarczycy przy współwystępowaniu choroby Hashimoto. 22-23) Gluten w żywności. Etiopatogeneza celiakii. Charakterystyka diety bezglutenowej –podstawy leczenia celiakii. 24-25) Wątroba – centralne laboratorium organizmu. Postępowanie dietetyczne w wybranych chorobach wątroby. 26) Definicja i objawy alergii pokarmowej. Alergeny pokarmowe. Dietoterapia alergii pokarmowych. 27-28) Dieta dla zdrowych kości – dietoterapia osteoporozy. 29-30) Podsumowanie zajęć. Kolokwium końcowe.	
Forma zajęć – ćwiczenia/laboratoria/zajęcia praktyczne itp.	
1-2) Wprowadzenie – podstawy planowania dietoterapii w poszczególnych jednostkach chorobowych – ćwiczenia praktyczne; zestawienie i porównanie wybranych modeli żywienia, diet leczniczych. 3-4) Żywność funkcjonalna w dietoterapii wybranych chorób – ocena możliwości zastosowania, analiza przykładowych produktów.	

5-6) Tłuszcze w diecie – analiza wybranych produktów pod kątem wartości odżywczej. Normy spożycia tłuszczów, ustalanie zapotrzebowania. 7-9) Formułowanie ogólnych zaleceń dietetycznych oraz opracowywanie przykładowych jadłospisów dla wybranych chorób układu krążenia. 10-11) Planowanie dietoterapii dla pacjenta z cukrzycą typu II. 12-13) Ustalanie postępowania dietetycznego u osób niedożywionych. Przegląd dostępnych preparatów przemysłowych – analiza wybranych produktów. 14-15) Opracowywanie ogólnych zaleceń oraz planu dietetycznego u chorego z dną moczanową. 16-18) Dietoterapia wybranych chorób przewodu pokarmowego – choroby czynnościowe; dieta lekkostrawna a dieta Low FODMAP – planowanie diety dla pacjenta z zespołem jelita drażliwego. 19-20) Dietoterapia wybranych chorób przewodu pokarmowego – choroby zapalne jelit – planowanie postępowania dietetycznego. 21-22) Dieta przeciwwzapalna na przykładzie choroby Hashimoto – planowanie dietoterapii w tej jednostce chorobowej. 23-24) Bilansowanie diety bezglutenowej. 25-26) Planowanie dietoterapii w chorobach wątroby na wybranym przykładzie. 27-28) Bilansowanie diety w alergii pokarmowej. 29-30) Źródła wapnia w diecie – analiza wartości odżywczej produktów. Dietoterapia osteoporozy – opracowywanie przykładowych planów żywieniowych.	
16. Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. Objaśnienie i prezentacja multimedialna	
2. Dyskusja	
3. Film edukacyjny	
4. Burza mózgów	
5. Studium przypadku	
6. Analiza materiałów źródłowych	
7. Realizacja projektów – planów dietetycznych	
17. Sposoby oceny (F – formująca; P – podsumowująca)	
F1. Obecność i aktywność na zajęciach	
F2. Obserwacja pracy studenta	
F3. Zaliczenie każdego ćwiczenia	
P1. Kolokwium/ test końcowy	
P2. Egzamin	
18. Obciążenia pracą studenta	
forma aktywności	średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem**	68
Samodzielne przygotowanie się do egzaminu	10
Przygotowanie się do ćwiczeń	12
SUMA	90
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	3
DLA PRZEDMIOTU	
19. Literatura podstawowa i uzupełniająca	
Literatura podstawowa:	
1) Sikorski Zdzisław, Staroszczyk Hanna. Chemia Żywności. Główne składniki żywności. Wydawnictwo PWN Warszawa 2017.	
2) Sikorski Zdzisław, Staroszczyk Hanna. Chemia Żywności. Biologiczne właściwości składników żywności. Wydawnictwo PWN Warszawa 2017.	
3) Grzymisławski Marian, Gawęcki Jan. Żywnienie człowieka zdrowego i chorego. Wydawnictwo Naukowe PWN Warszawa 2012.	
4) Matthias Rath. Dlaczego zwierzęta nie dostają zawałów serca...tylko my ludzie. Wydawnictwo Rath Education Services B.V. 2018.	
5) Włodarek Dariusz, Lange Ewa, Kozłowska Lucyna, Głąbska Dominika. Dietoterapia. Wyd. Lekarskie PZWL 2020.	
6) Kunachowicz Hanna. Dieta bezglutenowa - co wybrać? Wyd. Lekarskie PZWL 2017.	

7) Grzymisławski Marian. Dietetyka kliniczna. Wyd. Lekarskie PZWL 2019.
8) Jabłoński Mirosław, Blicharski Tomasz. Osteoporoza. Współczesne podejście. Wyd. Lekarskie PZWL 2019
9) Jarosz Mirosław, Stolińska Hanna, Wolańska Diana. Żywnienie w niedoczynności tarczycy. Wyd. Lekarskie PZWL 2017.
10) Pachocka Lucyna, Jarosz Mirosław. Dna moczanowa: porady lekarzy i dietetyków. - Wydanie I - 10 dodruk. Wyd. Lekarskie PZWL 2016.
11) Świątosiław Ziemiański. Normy żywienia człowieka: fizjologiczne podstawy. Wyd. Lekarskie PZWL 2001
12) Jarosz Mirosław, Dzieniszewski Jan. Zespół jelita nadwrażliwego: porady lekarzy i dietetyków. Wydanie I - 5 dodruk. Wyd. Lekarskie PZWL 2017.
Literatura uzupełniająca:
1) Aktualne publikacje dotyczące zagadnień związanych z dietetyką, dietoterapią, żywieniem człowieka, żywnością funkcjonalną, fizjologią człowieka, fitoterapią i farmakognozą.
20. Formy oceny – szczegóły
Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: Wykłady kończą się egzaminem. <u>Podstawą zaliczenia wykładów jest:</u> - <i>pozytywna ocena z kolokwium końcowego.</i> Czas trwania 45 min, 5 pytań problemowych/opisowych. Warunkiem uzyskania oceny pozytywnej jest uzyskanie 50% maksymalnej liczby punktów. Punktacja – każde pytanie oceniane jest w skali od 0 do 2 pkt. Maksymalnie można uzyskać 10 pkt, minimalnie na ocenę pozytywną 5 pkt. 0 – 4,9 pkt - niedostateczny (2,0) 5,0 – 6,0 pkt - dostateczny (3,0) 6,1 – 7,0 pkt - dostateczny plus (3,5) 7,1 – 8,0 pkt - dobry (4,0) 8,1 – 9,0 pkt - dobry plus (4,5) 9,1 - 10 pkt- bardzo dobry (5,0) Laboratoria kończą się zaliczeniem z oceną. <u>Podstawą zaliczenia zajęć jest:</u> - <i>zaliczenie każdego z ćwiczeń na podstawie przygotowywanych sprawozdań z ćwiczeń oraz realizowanych projektów.</i> - <i>student może uzyskać oceny cząstkowe za aktywny udział w zajęciach (obserwacja zaangażowania studenta podczas zajęć).</i> Ocenę końcową zajęć stanowi średnia arytmetyczna z wszystkich uzyskanych ocen. Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest uzyskanie pozytywnych ocen z wyżej wymienionych zadań.
21. Inne przydatne informacje o przedmiocie
1. Zajęcia odbywają się w PSW im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej
2. Zajęcia odbywać się będą zgodnie z aktualnym planem zajęć
3. Konsultacje odbywać się będą zgodnie z obowiązującym terminarzem
4. Bezpośrednich informacji o problematyce zajęć i treściach programowych udziela Prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji

* L – laboratorium (w przypadku zajęć z języka obcego oznacza lektorat)

** – Zajęcia prowadzone z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego lub innej osoby prowadzącej zajęcia **oraz konsultacje**