

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2021/2022

INFORMACJE OGÓLNE

1. Nazwa przedmiotu Podstawy dietetyki i dietoterapia

2. Nazwa kierunku Dietetyka

3. Poziom studiów studia pierwszego stopnia

4. Liczba punktów ECTS 4

5. Liczba godzin w semestrze

semestr	w	ćw	lab	prj/zp	pws	prk
III	30		30			

6. Język wykładowy polski

7. Wykładowca Agnieszka Panasiuk, mgr

INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE

8. Wymagania wstępne

Podstawowa wiedza z fizjologii żywienia człowieka

9. Cele przedmiotu

C1 Zapoznanie studenta z podstawową klasyfikacją diet, ich założeniami i zastosowaniem

C2 Wykształcenie umiejętności formułowania zaleceń dietetycznych na podstawie współwystępujących chorób i dolegliwości u pacjenta

10. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych

Student, który zaliczył przedmiot:

odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się

WIEDZA

EU01 zna klasyfikację i charakterystykę podstawowych rodzajów diet, z uwzględnieniem towarzyszących im schorzeń K_W01, K_W02, K_W04, K_W21

EU02 zna etiologię jednostek chorobowych związanych z omawianymi rodzajami diet K_W03, K_W22

UMIEJĘTNOŚCI

EU03 potrafi zaplanować dietoterapię adekwatną do występujących dolegliwości i schorzeń K_U05, K_U12

EU04 potrafi opracować zalecenia dietetyczne z uwzględnieniem właściwego doboru produktów oraz technik sporządzania potraw w zależności od rodzaju diety K_U01, K_U02, K_U11

KOMPETENCJE SPOŁECZNE

EU05 kontynuuje naukę przez całe życie zawodowe w celu stałego uaktualniania wiedzy i umiejętności zawodowych K_K03

EU06	potrafi sformułować i wdrożyć podstawowe zalecenia dietetyczne dla pacjentów	K_K04, K_K06
11. Treści programowe		
Forma zajęć – wykłady/ laboratoria		
WYKŁADY: 1. Wprowadzenie. Cele żywienia dietetycznego, ogólna klasyfikacja diet, rodzaje diet leczniczych. Dieta podstawowa. 2. Dieta łatwostrawna. Dobór produktów i technik kulinarnych, wskazania do stosowania. Charakterystyka diety łatwostrawnej o zmienionej konsystencji. 3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego. Dobór produktów i technik kulinarnych, wskazania do stosowania. 4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów. Dobór produktów i technik kulinarnych. Wskazania do stosowania. 5. Dieta bogatoresztkowa. Założenia diety, dobór produktów oraz technik kulinarnych, wskazania do stosowania. 6. Dieta ubogoenergetyczna. Zapotrzebowanie na energię w diecie o zmniejszonej kaloryczności. Zasady planowania i bilansowania diety ubogoenergetycznej. 7. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych. Indeks i ładunek glikemiczny. Zasady żywienia w cukrzycy, dobór produktów i technik kulinarnych. 8. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych. Wpływ żywienia na profil lipidowy. Zasady planowania diety w chorobach układu krążenia, dobór produktów i technik kulinarnych. 9. Dieta niskobiałkowa. Wskazania do stosowania. Omówienie założeń diety. 10. Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa. Wskazania do stosowania, omówienie założeń diety. 11. Dieta ubogopurynowa – produkty dozwolone i przeciwwskazane, zasady planowania diety. Charakterystyka diety moczanowej. 12. Diety eliminacyjne – dieta bezglutenowa. Zastosowanie, produkty dozwolone i przeciwwskazane. 13. Żywnienie w alergiach i nietolerancjach pokarmowych. Diety eliminacyjne – dieta bezmleczna, dieta bezlaktozowa. Różnicowanie i charakterystyka diet, ich zastosowanie. 14. Diety roślinne. Odmiany wegetarianizmu, zasady bilansowania, wady i zalety diet roślinnych. LABORATORIA: 1. Podstawy planowania żywienia – ustalanie zapotrzebowania na energię i składniki odżywcze. 2. Dieta podstawowa – ustalanie zapotrzebowania na energię oraz makroskładniki w diecie podstawowej. Zasady racjonalnego odżywiania – formułowanie ogólnych zaleceń dietetycznych. 3. Dieta łatwostrawna – porównywanie zawartości błonnika pokarmowego w wybranych produktach. Opracowywanie przykładowego jadłospisu spełniającego założenia diety. 4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego – układanie przykładowego jadłospisu spełniającego założenia diety. 5. Dieta bogatoresztkowa – opracowywanie ogólnych zaleceń oraz przykładowego jadłospisu dla pacjenta z zaparciami – dobór odpowiednich produktów oraz technik kulinarnych. 6. Ustalanie zapotrzebowania na energię oraz makroskładniki w diecie redukcyjnej, opracowywanie przykładowego jadłospisu. 7. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych – opracowywanie przykładowego jadłospisu dla osoby chorującej na cukrzycę. Analiza produktów pod kątem wartości IG i ŁG. 8. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych – analiza wybranych produktów pod kątem zawartości poszczególnych kwasów tłuszczowych; opracowywanie przykładowego jadłospisu w oparciu o założenia omawianej diety. 9. Ustalanie zapotrzebowania na białko i pozostałe składniki odżywcze w diecie nisko- oraz bogatobiałkowej. Opracowywanie przykładowego jadłospisu.		

10. Dieta ubogopurynowa – analiza produktów pod kątem zawartości puryn. Opracowywanie przykładowego jadłospisu dla pacjenta z dną moczanową. 11. Analiza etykiet produktów bezglutenowych. Bilansowanie jadłospisu dla osoby z celiakią. 12. Dieta bezmleczna – formułowanie zaleceń dotyczących spożycia wapnia, wyszukiwanie jego alternatywnych źródeł w diecie, układanie jadłospisu spełniającego założenia diety bezmlecznej i/lub bezlaktozowej. 13. Porównanie i charakterystyka poszczególnych diet wegetariańskich. Bilansowanie diet roślinnych. 14. Zaliczenie przedmiotu	
12. Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. Wykład informacyjny	
2. Praca w grupach zadaniowych	
3. Dyskusja, burza mózgów	
4. Ćwiczenia z wykorzystaniem tabel składu i wartości odżywczej żywności, materiałów źródłowych	
5. Opracowywanie zaleceń dietetycznych i przykładowych jadłospisów	
13. Sposoby oceny (częstkowe, końcowe)	
1. Obserwacja pracy na ćwiczeniach	
2. Aktywność na zajęciach	
3. Zaliczenie każdego ćwiczenia – sprawozdania z wykonywanych zadań	
4. Kolokwium	
5. Egzamin pisemny	
Forma aktywności	liczba godzin
1. Zajęcia z bezpośrednim udziałem nauczyciela oraz konsultacje	68
2. Nakład pracy studenta	32
suma	100
liczba punktów ECTS	4
15. Literatura	
Literatura podstawowa:	
1. Ciborowska H., Rudnicka A., Dietetyka. Żywnienie człowieka zdrowego i chorego, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2019	
2. Grzymisławski M. (red.), Dietetyka kliniczna, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2020	
Literatura uzupełniająca:	
1. Ostrowska L. (red.), Dietetyka: kompendium, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2021	
16. Formy oceny – szczegóły	
Przedmiot kończy się egzaminem. Warunkiem zaliczenia laboratoriów jest: - przygotowanie przez studenta sprawozdań z każdego z ćwiczeń - student może uzyskać oceny częściowe za aktywny udział w zajęciach (obserwacja zaangażowania podczas zajęć) Ocenę końcową z ćwiczeń stanowi średnia arytmetyczna z wszystkich uzyskanych ocen. Podstawą zaliczenia wykładów jest pozytywna ocena z egzaminu, obejmującego treści programowe wykładów i ćwiczeń. Test wielokrotnego wyboru z jedną poprawną odpowiedzią, 40 pytań, czas trwania 60 min. Warunkiem uzyskania oceny pozytywnej jest uzyskanie 50% maksymalnej liczby punktów. Każda dobra odpowiedź to 1 pkt. Maksymalnie można zdobyć 40 pkt, minimalnie na ocenę pozytywną 20 pkt. 0 – 19 pkt – niedostateczny (2,0) 20 – 24 pkt – dostateczny (3,0) 25 – 28 pkt – dostateczny plus (3,5) 29 – 32 pkt – dobry (4,0) 33 – 36 – dobry plus (4,5) 37 – 40 – bardzo dobry (5,0)	

17. Inne przydatne informacje o przedmiocie	
1.	Bezpośrednich informacji o problematyce zajęć i treściach programowych udziela Prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji
2.	Zajęcia odbywać się będą w PSW w Białej Podlaskiej
3.	Zajęcia odbywać się będą zgodnie z aktualnym planem zajęć
4.	Konsultacje odbywać się będą zgodnie z obowiązującym terminarzem