

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 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

4

7. Poziom przedmiotu

średnio - zaawansowany

8. Rok studiów, semestr

rok III, semestr V (zimowy)

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

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 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 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 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 potrafi udzielić porady dietetycznej w ramach zespołu terapeutycznego	K_U02, K_U04
KOMPETENCJE SPOŁECZNE	
EU5 kontynuuje naukę przez całe życie zawodowe w celu stałego uaktualniania wiedzy i umiejętności zawodowych	K_K03
EU06 posiada świadomość własnych ograniczeń, potrafi zasugerować pacjentowi potrzebę konsultacji medycznej	K_K01, K_K02
EU07 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. Komórkowe składniki odżywcze podstawą zdrowia. Synergia komórkowych składników odżywczych. 3. Budowa i podział tłuszczów. Różnica między tłuszczami roślinnymi i zwierzęcymi. Źródła tłuszczów w żywieniu. Rola i znaczenie lipidów ustrojowych w organizmie. 4. Dietoterapia wybranych chorób układu krążenia. Cholesterol a choroby serca – przyczyna czy skutek miażdżycy? 5. Budowa i podział węglowodanów. Główne funkcje i przemiany węglowodanów w organizmie. 6. 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. 7. Rola węglowodanów w posiłku przed i potreningowym. Wpływ insuliny na metabolizm składników pokarmowych. Charakterystyka hipoglikemii i hiperглиkemii. Przykład działania insuliny u osoby ćwiczącej przyjmującej insulinę. Dietoterapia w chorobach trzustki. 8. Glikemia kontra żywienie zgodnie z dobowym zegarem biologicznym człowieka. Znaczenie i skutki niedoborów snu. Sen i hormon wzrostu. Proces powstawania tkanki tłuszczowej. 9. Cukrzyca – epidemia XXI wieku. Dietoterapia w cukrzycy. 10. Charakterystyka i funkcja białka w ustroju człowieka. Znaczenie aminokwasów w organizmie. Wartość odżywcza białek. Źródła białka w żywieniu. Skutki nadmiernego i niedostatecznego spożywania białka. 11. Zakwaszenie organizmu. Przyczyny i mechanizmy dny moczanowej. Charakterystyka czynników ryzyka, objawów klinicznych i chorób współistniejących u osób z dną moczanową. 12. Dietoterapia dny moczanowej 13. 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. 14. Dietoterapia wybranych chorób przewodu pokarmowego 15. Hormony przyczyną niepowodzeń w dążeniu do idealnej sylwetki. Przyczyny, epidemiologia i kliniczne objawy chorób tarczycy. Dietoterapia nadczynności oraz niedoczynności tarczycy przy współwystępowaniu choroby Hashimoto. 16. Gluten w żywności. Etiopatogeneza celiakii. Charakterystyka diety bezglutenowej –podstawy leczenia celiakii. 17. Wątroba – centralne laboratorium organizmu. Postępowanie dietetyczne w wybranych chorobach wątroby. 18. Definicja i objawy alergii pokarmowej. Alergeny pokarmowe. Dietoterapia alergii pokarmowych. 19. Dieta dla zdrowych kości – dietoterapia osteoporozy	
Forma zajęć – laboratoria	
1. Wprowadzenie – podstawy planowania dietoterapii w poszczególnych jednostkach chorobowych – ćwiczenia praktyczne; zestawienie i porównanie wybranych modeli żywienia, diet leczniczych 2. Żywność funkcjonalna w dietoterapii wybranych chorób – ocena możliwości zastosowania, analiza przykładowych produktów	

3. Tłuszcze w diecie – wartość odżywcza wybranych produktów. Normy spożycia tłuszczów. Dieta niskotłuszczowa vs dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych – opracowywanie przykładowych planów żywieniowych
4. Planowanie dietoterapii dla pacjenta z cukrzycą/ insulinoopornością. IG i ŁG produktów i potraw
5. Dietoterapia wybranych chorób przewodu pokarmowego – opracowywanie przykładowych jadłospisów diety łatwostrawnej i bogatoresztkowej
6. Zawartość puryn w żywności – przegląd produktów. Ustalanie dietoterapii w przebiegu dny moczanowej.
7. Zespół metaboliczny – ustalanie postępowania dietetycznego
8. Dietoterapia niealkoholowego stłuszczenia wątroby (NAFLD)
9. Ustalanie postępowania dietetycznego w chorobach o podłożu autoimmunologicznym – założenia diety przeciwzapalnej – planowanie żywienia
10. Planowanie jadłospisu dla pacjenta z celiakią
11. Planowanie jadłospisu dla pacjenta z alergią pokarmową
12. Źródła wapnia w diecie – analiza wartości odżywczej produktów. Dietoterapia osteoporozy – opracowywanie przykładowej diety
16. Narzędzia/metody dydaktyczne
1. Objasnienie 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
Przygotowanie się do zaliczenia końcowego
10
Samodzielne przygotowanie się do egzaminu
20
Przygotowanie się do ćwiczeń
15
SUMA
113
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS
4
DLA PRZEDMIOTU
19. Literatura podstawowa i uzupełniająca
Literatura podstawowa:
1. Ciborowska H., Rudnicka A., Dietetyka. Żywnienie zdrowego i chorego człowieka, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2019
2. Grzymisławski M. (red.), Dietetyka kliniczna, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2020
3. Krauss H. (red.), Fizjologia żywienia, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2019
4. Kunachowicz H., Przygoda B., Nadolna I., Iwanow K., Tabele składu i wartości odżywczej żywności, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2018
5. Sikorski Z.E., Staroszczyk H., Chemia żywności 1. Główne składniki żywności, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2021
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.

Podstawą zaliczenia wykładów jest:

- *pozytywna ocena z kolokwium końcowego*. 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.

Podstawą zaliczenia zajęć jest:

- *zaliczenie każdego z ćwiczeń na podstawie przygotowywanych sprawozdań z ćwiczeń oraz realizowanych projektów.*

- *student może uzyskać oceny cząstkowe za aktywny udział w zajęciach (obserwacja zaangażowania studenta podczas zajęć).*

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 ABNS 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**