

KARTA MODUŁU KSZTAŁCENIA

Informacje ogólne

1 Nazwa modułu kształcenia/przedmiotu Podstawy dietetyki										
2 Nazwa jednostki prowadzącej moduł Wydział Nauk o Zdrowiu i Nauk Społecznych Katedra Zdrowia Zakład Zdrowia Publicznego										
3 Kod modułu (wypełnia koordynator ECTS)	4 Grupa treści kształcenia kierunkowy					5 Typ modułu obowiązkowy				
6 Poziom studiów studia I stopnia	7 Liczba punktów ECTS 4					8 Poziom przedmiotu średnio- zaawansowany				
9 Rok studiów II, semestr III	10 Liczba godzin w semestrze 15					11 Liczba godzin w tygodniu				
	wyk.	ćw.	lab.	sem.	zp.	wyk.	ćw.	lab.	sem.	zp.
studia stacjonarne	30		30			2		2		
studia niestacjonarne										
12 Język wykładowy: język polski										
13 Wykładowca (wykładowcy) Agnieszka Panasiuk, mgr										

Informacje szczegółowe

14 Wymagania wstępne										
1. Podstawowa wiedza z zakresu żywienia człowieka										
15 Cele przedmiotu										
C1 Zapoznanie studenta z podstawową klasyfikacją diet										
C2 Wykształcenie umiejętności formułowania ogólnych zaleceń dietetycznych										

16 Efekty kształcenia w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych		
nr	student, który zaliczył przedmiot, potrafi:	odniesienie do celów przedmiotu
WIEDZA		
EK01	Student zna klasyfikację i charakterystykę podstawowych rodzajów diet, z uwzględnieniem towarzyszących im schorzeń.	C1, C2
EK02	Student zna etiologię jednostek chorobowych związanych z omawianymi rodzajami diet.	C1, C2
UMIEJĘTNOŚCI		
EK03	Student zna założenia podstawowych rodzajów diet oraz rozumie zasadność stosowania poszczególnych z nich w określonych jednostkach chorobowych	C1, C2
EK04	Student potrafi opracować ogólne zalecenia dietetyczne z uwzględnieniem właściwego doboru produktów oraz technik sporządzania potraw w zależności od rodzaju diety	C1, C2
KOMPETENCJE		
EK05	Kontynuuje naukę przez całe życie zawodowe w celu stałego uaktualniania wiedzy i umiejętności zawodowych	C1, C2
EK06	Potrafi sformułować i wdrożyć podstawowe zalecenia dietetyczne dla pacjentów	C1, C2

17 Treści programowe										
	forma zajęć - wykłady				liczba godzin S	liczba godzin NS	odniesienie do efektów kształcenia dla przedmiotu			
W1	Wprowadzenie; cele żywienia dietetycznego, ogólna klasyfikacja diet, rodzaje diet leczniczych				2		EK01, EK03, EK04			
W2	Dieta łatwostrawna. Dobór produktów				2		EK01, EK02, EK03,			

	i technik kulinarnych, wskazania do stosowania. Charakterystyka diety łatwostrawnej o zmienionej konsystencji		EK04
W3	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soków żołądkowych. Dobór produktów i technik kulinarnych, wskazania do stosowania.	2	EK01, EK02, EK03, EK04
W4	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów. Dobór produktów i technik kulinarnych. Wskazania do stosowania	2	EK01,EK02, EK03, EK04
W5	Dieta bogatoresztkowa. Założenia diety, dobór produktów oraz technik kulinarnych, wskazania do stosowania.	2	EK01, EK02, EK03, EK04
W6	Dieta ubogoenergetyczna. Zapotrzebowanie na energię w diecie o zmniejszonej kaloryczności. Zasady planowania i bilansowania diety ubogoenergetycznej.	2	EK01, EK02, EK03, EK04
W7	Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych. Zasady żywienia w cukrzycy, dobór produktów i technik kulinarnych. Pojęcie indeksu glikemicznego i ładunku glikemicznego.	2	EK01, EK02, EK03, EK04
W8	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych. Wpływ żywienia na profil lipidowy. Zasady planowania diety w ChUK. Dobór produktów i technik kulinarnych.	2	EK01, EK02, EK03, EK04
W9	Dieta niskobiałkowa. Wskazania do stosowania. Omówienie założeń diety.	2	EK01, EK02, EK03, EK04
W10	Dieta bogatobiałkowa. Wskazania do stosowania. Omówienie założeń diety.	2	EK01, EK02, EK03, EK04
W 11	Niedożywieniu. Rodzaje niedożywienia. Postępowanie żywieniowe w niedowadze i wyniszczeniu. Dobór produktów i zasady planowania diety bogatoenergetycznej.	2	EK01,EK02, EK03, EK04
W12	Dieta ubogopurynowa. Charakterystyka dny moczanowej. Dobór produktów i zasady planowania diety.	2	EK01, EK02, EK03, EK04
W13	Diety eliminacyjne – dieta bezglutenowa. Zastosowanie, produkty dozwolone i przeciwwskazane, zasady bilansowania diety	2	EK01, EK02, EK03, EK04
W14	Diety eliminacyjne – dieta bezmleczna. Zastosowanie, metody bilansowania diety	2	EK01, EK02, EK03, EK04
W15	Dieta wegetariańska. Odmiany wegetarianizmu. Zasady bilansowania diety bezmięsnej.	2	EK03, EK04
suma godzin		30	
forma zajęć – laboratoria		liczba godzin S	liczba godzin NS
L1	Opracowywanie ogólnych założeń dla diety podstawowej na podanym przykładzie. Prowadzenie obliczeń zapotrzebowania na energię oraz makroskładniki w diecie podstawowej.	2	EK03, EK04, EK05, EK06
L2	Opracowywanie ogólnych zaleceń dla diety łatwostrawnej, z uwzględnieniem produktów zalecanych i przeciwwskazanych. Układanie przykładowego jadłospisu spełniającego założenia diety.	2	EK03, EK04, EK05, EK06
L3	Opracowywanie ogólnych zaleceń dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem substancji	2	EK03, EK04, EK05, EK06

	pobudzających wydzielanie soków żołądkowych, z uwzględnieniem produktów zalecanych i przeciwwskazanych. Układanie przykładowego jadłospisu spełniającego założenia diety		
L4	Opracowywanie ogólnych zaleceń dla diety bogatoresztkowej, z uwzględnieniem produktów zalecanych i przeciwwskazanych. Układanie przykładowego jadłospisu spełniającego założenia diety.	2	EK03, EK04, EK05, EK06
L5	Opracowywanie ogólnych zaleceń dla diety ubogoenergetycznej, z uwzględnieniem produktów zalecanych i przeciwwskazanych. Układanie przykładowego jadłospisu spełniającego założenia diety.	2	EK03, EK04, EK05, EK06
L6	Opracowywanie ogólnych zaleceń dla diety z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych, z uwzględnieniem produktów zalecanych i przeciwwskazanych. Układanie przykładowego jadłospisu spełniającego założenia diety łatwostrawnej. Obliczenie IG, LG, wymienników –ćwiczenia.	2	EK03, EK04, EK05, EK06
L7	Opracowywanie ogólnych zaleceń dla diety o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych, z uwzględnieniem produktów zalecanych i przeciwwskazanych. Układanie przykładowego jadłospisu spełniającego założenia diety.	2	EK03, EK04, EK05, EK06
L8	Opracowywanie ogólnych zaleceń dla diety niskobiałkowej, z uwzględnieniem produktów zalecanych i przeciwwskazanych. Układanie przykładowego jadłospisu spełniającego założenia diety.	2	EK03, EK04, EK05, EK06
L9	Opracowywanie ogólnych zaleceń dla diety bogatobiałkowej, z uwzględnieniem produktów zalecanych i przeciwwskazanych. Układanie przykładowego jadłospisu spełniającego założenia diety	2	EK03, EK04, EK05, EK06
L10	Opracowywanie ogólnych zaleceń w przypadku nieodżywienia. Układanie przykładowego jadłospisu spełniającego założenia diety.	2	EK03, EK04, EK05, EK06
L11	Opracowywanie ogólnych zaleceń dla diety ubogopurynowej, z uwzględnieniem produktów zalecanych i przeciwwskazanych. Układanie przykładowego jadłospisu spełniającego założenia diety .	2	EK03, EK04, EK05, EK06
L12	Opracowywanie ogólnych zaleceń w diecie bezglutenowej. Opracowywanie przykładowego jadłospisu	2	EK03, EK04, EK05, EK06
L13	Przygotowanie ogólnych zaleceń dla diety bezmlecznej. Opracowywanie listy produktów bogatych w wapń. Układanie przykładowego jadłospisu spełniającego założenia diety.	2	EK03, EK04, EK05, EK06
L14	Opanowanie umiejętności prawidłowego doboru produktów w diecie wegetariańskiej. Opracowywanie listy produktów będących źródłem pełnowartościowego białka w diecie bezmięsnej. Układanie przykładowego jadłospisu spełniającego założenia diety.	2	EK03, EK04, EK05, EK06
L15	Zaliczenie przedmiotu	2	EK03, EK04, EK05, EK06

forma zajęć - ćwiczenia		suma godzin	30	liczba godzin S	liczba godzin NS	odniesienie do efektów kształcenia dla przedmiotu
		suma godzin				
18 Narzędzia/metody dydaktyczne						
1.	Wykład informacyjny					
2.	Praca w grupach zadaniowych					
3.	Dyskusja					
4.	Opracowywanie zaleceń dietetycznych i przykładowych jadłospisów					
19 Sposoby oceny (F – formująca, P – podsumowująca)						
F1.	Obserwacja pracy na ćwiczeniach					
F2.	Aktywność na zajęciach					
F3.	Zaliczenie każdego ćwiczenia – sprawozdania					
P1.	Kolokwium					
P2.	Kolokwium					
20 Obciążenie pracą studenta						
forma aktywności		średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności				
		S		NS		
Godziny kontaktowe z nauczycielem		60				
Przygotowanie się do zajęć		20				
Przygotowanie się do zaliczenia końcowego		20				
SUMA		100				
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU		4				
21 Literatura podstawowa i uzupełniająca						
Literatura podstawowa:						
1.	Ciborowska H., Rudnicka A.: Dietetyka. Żywnienie zdrowego i chorego człowieka. Wyd. PZWL, Warszawa 2019.					
2.	Gawęcki J., Grzymisławski M.: Żywnienie człowieka zdrowego i chorego. Tom 2. Wyd. PWN, Warszawa 2012.					
Literatura uzupełniająca:						
1.	Jarosz M.: Zasady prawidłowego żywienia chorych w szpitalach. Wyd. IŻiŻ, Warszawa 2011.					
2.	Szczepańska A.: Dieta łatwo strawna. Wyd. PZWL, Warszawa 2001.					
3.	Włodarek D., Lange E., Kozłowska L.: Dietoterapia. Wyd. PZWL, Warszawa 2014.					
22 Kryteria oceny *						
Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: zajęcia kończą się zaliczeniem z oceną.						
Warunkiem zaliczenia zajęć praktycznych jest:						
- przygotowanie przez studenta sprawozdań z każdego z ćwiczeń						
- student może uzyskać oceny cząstkowe 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 kolokwium końcowego, obejmującego treści programowe wykładów i ćwiczeń. Test wielokrotnego wyboru, 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)

23 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

*do decyzji koordynatora

Tabela podsumowująca

Efekt kształcenia	Odniesienie danego efektu do efektów kierunkowych	Cele przedmiotu	Treści programowe	Narzędzia/metody dydaktyczne	Sposób oceny
EK01	K_W01, K_W02, K_W03	C1, C2	W1-W14	1, 3	F1-F3, P1, P2
EK02	K_W01, K_W02, K_W03	C1, C2	W2-W14	1, 3	F1-F3, P1, P2
EK03	K_U01, K_U02, K_U04, K_U05, K_U11	C1, C2	W1-W15 L1-L15	1-4	F1-F3, P1, P2
EK04	K_U01, K_U02, K_U04, K_U05, K_U11	C1, C2	W1-W15 L1-L15	1-4	F1-F3, P1, P2
EK05	K_K03, K_K04	C1, C2	L1-L15	1-4	F1-F3, P1, P2
EK06	K_K10, K_K11	C1, C2	L1-L15	1-4	F1-F3, P1, P2