

Żywienie w profilaktyce chorób niezakaźnych - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Żywienie w profilaktyce chorób niezakaźnych
Kod przedmiotu	16.1-WL-WFD-ŻPCHN
Wydział	Wydział Nauk Biologicznych
Kierunek	Wychowanie fizyczne / nauczycielska
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	drugiego stopnia z tyt. magistra
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2018/2019

Informacje o przedmiocie	
Semestr	4
Liczba punktów ECTS do zdobycia	3
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	dr hab. n. med. Agata Matejuk, prof. UZ

Formy zajęć					
Forma zajęć	Liczba godzin w semestrze (stacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (stacjonarne)	Liczba godzin w semestrze (niestacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (niestacjonarne)	Forma zaliczenia
Wykład	15	1	9	0,6	Zaliczenie na ocenę
Laboratorium	15	1	9	0,6	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

1. Wskazanie i zapoznanie ze współzależnościami pomiędzy żywieniem a zdrowiem człowieka.
2. Przedstawienie czynników ryzyka żywieniowo zależnych chorób cywilizacyjnych
2. Zapoznanie z zasadami prewencji wtórnej chorób niezakaźnych, ze szczególnym uwzględnieniem leczenia diety.
3. Wyjaśnienie związków pomiędzy żywieniem a wskaźnikami stanu zdrowia, czynnikami ryzyka rozwoju choroby i występowaniem chorób.

Wymagania wstępne

Podstawowe wiadomości z chemii i biologii w zakresie programu studiów I stopnia.

Zakres tematyczny

1. Podstawy patofizjologii najczęściej spotykanych chorób niezakaźnych, rola diety. Zaburzenia przemian węglowodanów, metabolizmu aminokwasów i lipidów.
2. Zdrowa dieta jako element profilaktyki i leczenia chorób cywilizacyjnych
3. Żywienie w cukrzycy
4. Leczenie dietetyczne zaburzeń lipidowych
5. Diety stosowane w profilaktyce i leczeniu otyłości.
6. Dieta a profilaktyka i leczenie nadciśnienia tętniczego oraz innych chorób układu krążenia.
7. Dieta a profilaktyka osteoporozy.
8. Znaczenie diety w profilaktyce onkologicznej.
9. Zespół metaboliczny
10. Integracja metabolizmu: stan sytości, głodu. Zaburzenia odżywiania.
11. Żywienie w profilaktyce innych chorób niezakaźnych

Metody kształcenia

1. Prezentacje multimedialne, filmy.
2. Tablica, plansze, makieta piramidy żywienia.
3. Praca w grupach, dyskusja.

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Rozumie wzajemne relacje pomiędzy przewlekłymi chorobami a stanem odżywienia	K2_W02	- dyskusja - obserwacja i ocena aktywności na zajęciach - przygotowanie projektu - test końcowy - zaliczenie - ustne, opisowe, testowe i inne	- Wykład - Laboratorium
Posiada wiedzę dotyczącą profilaktyki najczęściej występujących chorób, rozumie znaczenie składników odżywczych w żywieniu człowieka.	K2_W03	- aktywność w trakcie zajęć - dyskusja - odpowiedź ustna - przygotowanie projektu - test końcowy	- Wykład - Laboratorium
Potrafi rozpoznać rodzaj jednostki chorobowej i zaproponować odpowiednie postępowanie żywieniowe.	K2_U03	- aktywność w trakcie zajęć - obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta - praca własna	- Wykład - Laboratorium
Ma umiejętność nakierowaną na planowanie i tworzenie prawidłowych diet.	K2_U05	- aktywność w trakcie zajęć - obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta - praca własna	Laboratorium
Potrafi inspirować i zachęcać inne osoby do zmiany nieprawidłowego sposobu odżywiania.	K2_K01	- aktywność w trakcie zajęć - dyskusja	Laboratorium
Dokonuje samooceny własnych kompetencji i wie kiedy zgłosić się do specjalistów.	K2_K02	- aktywność w trakcie zajęć - dyskusja	Laboratorium

Warunki zaliczenia

- Obecność na zajęciach (90%).
- Aktywne uczestnictwo w zajęciach.
- Odpowiednie przygotowanie się do zajęć.
- Umiejętność pracy w grupie.
- Zaliczenie pracy samokształceniowej (prezentacja multimedialna) warunkuje dopuszczenie do zaliczenia końcowego.
- Zaliczenie pisemne obejmujące treści programowe wykładów i laboratorium.

Ocena końcowa to średnia arytmetyczna wszystkich form przewidzianych do realizacji przedmiotu. Wyniki średniej arytmetycznej ustala się zgodnie z zasadą: średnia 3,25 stanowi ocenę końcową 3,5; średnia 3,75 stanowi ocenę końcową 4,0; średnia 4,25 stanowi ocenę końcową 4,5; średnia 4,75 stanowi ocenę końcową 5,0.

Literatura podstawowa

- Ciborowska H., Rudnicka A. Dietetyka. Żywnienie zdrowego i chorego człowieka. PZWL 2009
- Szostak W. B, Cichocka A., Cybulska B. Zdrowa dieta śródziemnomorska. Comes 2009.
- Jarosz M., Bułhak-Jachymczyk B. Normy żywienia człowieka. Podstawy prewencji otyłości i chorób niezakaźnych. PZWL 2008
- Kunachowicz H., Nadolna I., Przygoda B., Iwanow K. Tabele składu i wartości odżywczej żywności. PZWL 2010.
- Czasopisma i podręczniki dostępne w Bibliotece Uniwersyteckiej UZ (bazy danych w układzie alfabetycznym) <http://www.bu.uz.zgora.pl/>

Literatura uzupełniająca

- Jarosz M. , Kłosiewicz-Latoszek L. Otyłość Zapobieganie i leczenie. Porady lekarzy i dietetyków. PZWL 2009
- Czech A., Idaszak D., Tatoń J. Żywnienie w cukrzycy. PZWL 2007
- Jarosz M., Kłosiewicz-Latoszek L. Cukrzyca, zapobieganie i leczenie. PZWL 2007
- Cichocka A., Cybulska B., Kłosiewicz-Latoszek L. Zaburzenia lipidowe. PZWL 2014

5. Jarosz M., Respondek W. Nadciśnienie tętnicze. PZWL 2006.

Uwagi

Zmodyfikowane przez dr Ewa Skorupka (ostatnia modyfikacja: 10-04-2019 15:35)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ