

Żywienie w zdrowiu i chorobie - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Żywienie w zdrowiu i chorobie
Kod przedmiotu	16.3-WL-ŻiDwS-ŻwZiC
Wydział	Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu
Kierunek	Żywienie i dietetyka w sporcie
Profil	ogólnoakademicki
Rodzaj studiów	podyplomowe
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2018/2019

Informacje o przedmiocie	
Semestr	1
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
Seminarium	-	-	20 (w tym jako e-learning)	1,33 (w tym jako e-learning)	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Zapoznanie z wiedzą z zakresu żywienia człowieka zdrowego i chorego, zapobiegania chorobom żywieniowo zależnym. Przedstawienie znaczenia składników odżywczych, mineralnych oraz witamin w organizmie – ich rola, objawy niedoboru, źródła w pożywieniu. Zapoznanie z mechanizmami regulacyjnymi dotyczącymi przyswajania, trawienia i wchłaniania pokarmów oraz procesów metabolicznych w organizmie. Wyposażenie w wiedzę dotyczącą przemian energetycznych w organizmie. Zapoznanie z zasadami racjonalnego żywienia. Wskazanie i zapoznanie z współzależnościami pomiędzy żywieniem a zdrowiem człowieka

Wymagania wstępne

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

Zakres tematyczny

1. Znaczenie białka w żywieniu. Żywieniowa charakterystyka białek. Budowa i właściwości białek. Podział białek i ich charakterystyka. Rola białek w żywieniu człowieka. Źródła białek.
2. Znaczenie tłuszczów w żywieniu. Żywieniowa charakterystyka tłuszczów. Budowa i właściwości tłuszczów. Przemiana tłuszczów. Rola tłuszczów w żywieniu człowieka. Źródła tłuszczów.
3. Znaczenie węglowodanów w żywieniu. Żywieniowa charakterystyka cukrowców. Składniki odżywcze pożywienia. Budowa i właściwości węglowodanów. Przemiana węglowodanów.
4. Rola witamin w żywieniu.
5. Rola składników mineralnych w żywieniu. Mikro i makroelementy. Gospodarka wodna i równowaga kwasowo-zasadowa w organizmie.
6. Spożywanie pokarmu – mechanizmy regulacyjne. Przyswajanie pokarmu i transport składników odżywczych.
7. Trawienie i wchłanianie pokarmów.
8. Procesy przemiany materii w organizmie. Katabolizm i anabolizm.
9. Zaburzenia przemian węglowodanów, metabolizmu aminokwasów i lipidów.
10. Żywienie w profilaktyce i leczeniu chorób żywieniowo-zależnych.

Metody kształcenia

Prezentacje multimedialne, filmy, tablica, plansze, dyskusja

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
-------------	-----------------	--------------------	-------------

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Student zna rolę, jaką odgrywają w organizmie składniki pokarmowe, mineralne oraz witaminy, potrafi opisać objawy niedoboru tych składników i wskazać ich źródła w żywieniu.	- K_W02 - K_W03	- dyskusja - obserwacja i ocena aktywności na zajęciach - przygotowanie projektu	Seminarium
Student posiada wiedzę o znaczeniu żywienia w aspekcie zdrowotnym, potrafi przekazać wiadomości z zakresu problematyki żywieniowej.	K_W01	- dyskusja - obserwacja i ocena aktywności na zajęciach - przygotowanie projektu	Seminarium
Rozumie wzajemne relacje pomiędzy przewlekłymi chorobami a stanem odżywienia.	K_W02	- dyskusja - obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	Seminarium
Potrafi rozpoznać rodzaj jednostki chorobowej i zaproponować odpowiednie postępowanie żywieniowe.	- K_U01 - K_U02	- dyskusja - obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	Seminarium
Student potrafi sklasyfikować i scharakteryzować diety i zaproponować plan żywieniowy odpowiadający potrzebom zdrowotnym jednostek i grup.	K_U02	- dyskusja - obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	Seminarium
Potrafi inspirować i zachęcać inne osoby do zmiany nieprawidłowego sposobu odżywiania.	K_K02	- dyskusja - obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	Seminarium

Warunki zaliczenia

Seminarium: warunkiem zaliczenia jest przygotowanie pracy pisemnej

Literatura podstawowa

- Gawęcki J. Żywnienie człowieka – Podstawy nauki o żywieniu. PWN W-wa 2010
- Gawęcki J. Żywnienie człowieka, tom 1,2,3 komplet, PWN W-wa rok wydania 2012 dodruk 2017
- Grzymisławski M., Gawęcki J. Żywnienie człowieka zdrowego i chorego, PWN W-wa 2011
- Ciborowska H., Rudnicka A. Dietetyka. Żywnienie zdrowego i chorego człowieka. PZWL W-wa 2009
- Kunachowicz H. i in. Zasady żywienia człowieka. WSiP W-wa 2007
- Ziemiański S. Normy żywienia człowieka – fizjologiczne podstawy. PZWL W-wa 2005
- Superczyńska E., Żylińska-Kaczmarek M. Zasady żywienia. Wyd. REA W-wa 2004

Literatura uzupełniająca

- Gawęcki J., Mossor-Pietraszewska T.: Kompendium wiedzy o żywności, żywieniu i zdrowiu. PWN W-wa 2008
- Czerwińska D., Gulińska E. Podstawy żywienia człowieka. WSiP 2008
- Biernat J. Żywnienie, żywność, a zdrowie. Wyd. ASTRUM W-w 2001
- Czasopisma dostępne w Bibliotece Uniwersyteckiej UZ, cyfrowe bazy danych – nauki medyczne i nauki o zdrowiu; <http://www.bu.uz.zgora.pl/>

Uwagi

Program opracowała:

dr hab. Agata Matejuk, prof. UZ

Zmodyfikowane przez dr Ewa Skorupka (ostatnia modyfikacja: 17-08-2018 07:15)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ