

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 2020/2021

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
Ma umiejętność nakierowaną na planowanie i tworzenie prawidłowych diet. Potrafi rozpoznać rodzaj jednostki chorobowej i zaproponować odpowiednie postępowanie żywieniowe.	• 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_K09	• aktywność w trakcie zajęć • dyskusja	• Laboratorium
Posiada wiedzę dotyczącą profilaktyki najczęściej występujących chorób, rozumie znaczenie składników odżywczych w żywieniu człowieka. Rozumie wzajemne relacje pomiędzy przewlekłymi chorobami a stanem odżywienia	• K2_W03	• aktywność w trakcie zajęć • dyskusja • odpowiedź ustna • przygotowanie projektu • test końcowy	• Wykład • Laboratorium
Dokonuje samooceny własnych kompetencji i wie kiedy zgłosić się do specjalistów.	• K2_K02	• aktywność w trakcie zajęć • dyskusja	• Laboratorium

Warunki zaliczenia

Laboratorium: warunkiem zaliczenia jest aktywny udział w zajęciach, umiejętność pracy w grupie, zaliczenie pracy samokształceniowej (projekt-prezentacja) warunkuje dopuszczenie do zaliczenia końcowego.

Wykład: 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

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

Literatura uzupełniająca

1. Jarosz M. , Kłosiewicz-Latoszek L. Otyłość Zapobieganie i leczenie. Porady lekarzy i dietetyków. PZWL 2009
2. Czech A., Idaszak D., Tatoń J. Żywnienie w cukrzycy. PZWL 2007
3. Jarosz M., Kłosiewicz-Latoszek L. Cukrzyca, zapobieganie i leczenie. PZWL 2007
4. 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: 30-04-2020 21:19)

Wygenerowano automatycznie z systemu SyllabUZ