

Przedmiot do wyboru - Żywnienie człowieka - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Przedmiot do wyboru - Żywnienie człowieka
Kod przedmiotu	12.9-WL-RM-PW-ŻC
Wydział	Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu
Kierunek	Ratownictwo medyczne
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	pierwszego stopnia z tyt. licencjata
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2020/2021

Informacje o przedmiocie	
Semestr	5
Liczba punktów ECTS do zdobycia	2
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	mgr Natalia Hertmanowska

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
Laboratorium	45	3	-	-	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Zapoznanie studentów z zagadnieniami dotyczącymi żywienia człowieka i aktualnymi zaleceniami żywieniowymi w oparciu o wiedzę o wzajemnych korelacjach między żywnością i sposobem żywienia a zdrowiem człowieka.

Wymagania wstępne

Podstawowa wiedza z biochemii i fizjologii układu pokarmowego.

Zakres tematyczny

- Żywność, żywnienie a zdrowie.
- Znaczenie podstawowych składników odżywczych (białko, tłuszcze, węglowodany, błonnik pokarmowy, cholesterol, woda, witaminy i składniki mineralne) i ich rola w żywieniu człowieka w odniesieniu do planowania zbilansowanej diety.
- Zasady żywienia w różnych okresach życia zależnie od aktywności fizycznej: dzieci i młodzież, osoby dorosłe, osoby starsze - w oparciu o aktualne zalecenia żywieniowe Narodowego Centrum Edukacji Żywieniowej i normy żywienia dla populacji Polski.
- Żywnienie osób dorosłych pracujących w systemie zmianowym.
- Ocena stanu odżywienia osób zdrowych z wykorzystaniem pomiarów antropometrycznych, badań biochemicznych i wywiadu żywieniowego.
- Zasady układania i planowania strategii żywieniowej w aspekcie żywienia człowieka zdrowego.
- Wpływ zaburzeń stanu odżywienia na funkcjonowanie organizmu: nadwaga, otyłość, niedożywienie i jego następstwa.
- Strategie żywieniowe w profilaktyce przewlekłych chorób niezakaźnych (dieta śródziemnomorska, dieta DASH i dieta MIND).
- Niepożądane reakcje na pokarm, zatrucia, zakażenia.

Metody kształcenia

Laboratoria są realizowane w formie prezentacji multimedialnych i analizy z dyskusją problemową dotyczącą wyników uzyskanych w pracy indywidualnej i grupowej, wraz z wykorzystaniem opisów przypadków klinicznych.

Udział studenta w konsultacjach - informacja na temat terminów konsultacji znajduje się na stronie internetowej oraz na platformie Collegium Medicum.

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
budowę i funkcje układu pokarmowego, enzymy biorące udział w trawieniu i podstawowe zaburzenia enzymów trawiennych oraz skutki tych zaburzeń;	A.W13	- bieżąca kontrola na zajęciach - kolokwium	Laboratorium

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
zasady promocji zdrowia i profilaktyki chorób;	• B.W29	- bieżąca kontrola na zajęciach - obserwacja i ocena aktywności na zajęciach - praca kontrolna	• Laboratorium
problematykę żywności i żywienia, higieny środowiska, higieny pracy, higieny dzieci i młodzieży oraz regulacje prawne w tym zakresie;	• B.W30	- dyskusja - kolokwium	• Laboratorium
wpływ czynników środowiskowych na zdrowie człowieka i społeczeństwa, politykę zdrowotną państwa, programy zdrowotne oraz zagrożenia zdrowia, przy uwzględnieniu zmiennych takich jak wiek, miejsce zamieszkania, nauki lub pracy;	• B.W37	- aktywność w trakcie zajęć - dyskusja - kolokwium	• Laboratorium
metody promocji zdrowia, ze szczególnym uwzględnieniem edukacji zdrowotnej;	• B.W40	- bieżąca kontrola na zajęciach - dyskusja - kolokwium	• Laboratorium
rozpoznawać sytuacje, które wymagają konsultacji z przedstawicielem innego zawodu medycznego lub koordynatorem medycznym;	• B.U02	- aktywność w trakcie zajęć - dyskusja	• Laboratorium
metody oceny stanu odżywienia;	• C.W33	- bieżąca kontrola na zajęciach - kolokwium	• Laboratorium

Warunki zaliczenia

Laboratoria - warunkiem zaliczenia jest aktywny udział w realizacji zadań problemowych omawianych na zajęciach, odpowiednie przygotowanie do zajęć; uzyskanie zaliczenia ze wszystkich zajęć przewidzianych do realizacji w ramach programu zajęć oraz uzyskanie pozytywnej oceny z kolokwium końcowego. Ocenie podlegają prezentacje multimedialne, prace projektowe omawiane na zajęciach i wykonanie zadań indywidualnych.

Kolokwium końcowe obejmuje pisemny test składający się z 40 pytań typu zamkniętego, jednokrotnego wyboru. **Zaliczenie kolokwium powyżej 60% uzyskanych punktów.**

Obliczanie oceny z kolokwium zaliczeniowego i zadań realizowanych podczas zajęć następuje zgodnie z progami procentowymi:

94-100% ocena bardzo dobry;

85-93% ocena dobry plus;

76-84% ocena dobry;

68-75% ocena dostateczny plus;

60-67% ocena dostateczny;

0-59% ocena niedostateczny.

Zaliczenie w II terminie poprawkowym ma formę testu wyjściowego lub formę odpowiedzi ustnej. Zaliczenie w II terminie (w formie kolokwium wyjściowego lub w formie ustnej) jest równoznaczne z uzyskaniem minimalnej, koniecznej do zaliczenia ćwiczeń liczby punktów (60% z maksymalnej liczby punktów).

Regulacje dotyczące warunków zaliczenia odpowiadają warunkom zaliczania bezpośredniego, z zastrzeżeniem możliwości wprowadzenia zmian w przypadku konieczności przejścia na zaliczanie zdalne w czasie regulaminowym, przed rozpoczęciem sesji.

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.

Nieobecności - Studentowi przysługuje limit jednej dozwolonej i usprawiedliwionej nieobecności na zajęciach. Nieobecności Student powinien skonsultować z prowadzącym zajęcia w czasie trwania ogólnouczelnianych konsultacji dla Studentów (informacja na temat terminów konsultacji znajduje się na stronie internetowej oraz na platformie Collegium Medicum) i nadrobić je w ciągu do 7 dni, nie później jednak niż do dnia kolokwium zaliczeniowego z ćwiczeń.

Pozostałe warunki określa Regulamin Studiów Uniwersytetu Zielonogórskiego <https://www.uz.zgora.pl/index.php?regulamin-studiow>

Literatura podstawowa

1. Gawęcki J i wsp.: Żywnienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. Wyd. Naukowe PWN, Warszawa 2012
2. Grzymisławski M, Gawęcki J. Żywnienie człowieka zdrowego i chorego. Wyd. PWN Warszawa 2012.
3. Jarosz M (red.). Normy żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie. Wyd. Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego - Państwowego Zakładu Higieny, Warszawa 2020 - format pdf (do pobrania link: https://www.pzh.gov.pl/wp-content/uploads/2020/12/Normy_zywienia_2020web-1.pdf)

Literatura uzupełniająca

1. Gawęcki J, Roszkowski W. Żywnienie człowieka a zdrowie publiczne. Wyd. Naukowe PWN, Warszawa 2012
2. Jarosz M. (red.): Praktyczny podręcznik dietetyki. Wyd. Instytut Żywności i Żywienia, Warszawa 2012
3. Czasopisma dostępne w Bibliotece Uniwersyteckiej UZ, cyfrowe bazy danych – nauki medyczne i nauki o zdrowiu; <http://www.bu.uz.zgora.pl/>

Uwagi

Zmodyfikowane przez dr hab. n. med. Magdalena Gibas-Dorna, prof. UZ (ostatnia modyfikacja: 02-10-2022 01:21)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ