

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 2022/2023

Informacje o przedmiocie	
Semestr	4
Liczba punktów ECTS do zdobycia	3
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	

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 dietą.
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

Wykłady: realizowane są w formie prezentacji multimedialnej, mają na celu podsumowanie szczegółowej wiedzy odnoszącej się do profilaktyki w rozwoju niezakaźnych chorób przewlekłych z naciskiem na praktyczne jej zastosowanie

Laboratorium: realizowane w formie dyskusji problemowej, pracy projektowej, samodzielnego wykonywania ćwiczeń i pracy w grupie nad analizą przypadku.

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	• Laboratorium

Warunki zaliczenia

Wykład: zaliczenie pisemne obejmujące treści programowe wykładów i laboratorium. Kolokwium końcowe obejmuje test z pytaniami zamkniętymi, jednokrotnego wyboru.

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

Ocena pozytywna 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. W przypadkach nieobecności, Student powinien uzupełnić braki w terminie uzgodnionym z prowadzącym zajęcia.

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.

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.

Pozostałe warunki zaliczenia przedmiotu określa Regulamin Studiów na Uniwersytecie Zielonogórskim

Literatura podstawowa

1. Ciborowska H., Rudnicka A. Dietetyka. Żywnie zdrowego i chorego człowieka. PZWL 2009
2. Grzymisławski M.: Dietetyka kliniczna. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2020
3. Ostrowska L. i wsp.: Diagnostyka laboratoryjna w dietetyce. PZWL Wydawnictwo Lekarskie, Warszawa 2018

Literatura uzupełniająca

1. Szostak W. B, Cichocka A., Cybulska B. Zdrowa dieta śródziemnomorska. Comes 2009
2. Czasopisma i podręczniki dostępne w Bibliotece Uniwersyteckiej UZ (bazy danych w układzie alfabetycznym) <http://www.bu.uz.zgora.pl/>

Uwagi

Zmodyfikowane przez dr Ewa Skorupka (ostatnia modyfikacja: 05-05-2022 10:51)

Wygenerowano automatycznie z systemu SyllabUZ