

Podstawy dietetyki - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Podstawy dietetyki
Kod przedmiotu	01.9-WB-ŻCZ2P-pd-S22
Wydział	Wydział Nauk Biologicznych
Kierunek	Żywnienie człowieka i dietoterapia
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	pierwszego stopnia z tyt. inżyniera
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2022/2023

Informacje o przedmiocie	
Semestr	2
Liczba punktów ECTS do zdobycia	6
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	mgr Monika Kruszelnicka

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	30	2	18	1,2	Egzamin
Ćwiczenia	45	3	27	1,8	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Zapoznanie studenta ze stosowanymi w Polsce klasyfikacjami diet, ich charakterystyką oraz zasadami układania jadłospisów dostosowanych do określonych schorzeń z wykorzystaniem modelowych diet leczniczych.

Wymagania wstępne

Student zna podstawy żywienia człowieka oraz posiada podstawową wiedzę z fizjologii człowieka w zakresie trawienia i przyswajania składników odżywczych. Posiada umiejętność wykorzystania norm, tabel wartości odżywczej żywności oraz adekwatnych technik informatycznych.

Zakres tematyczny

Wykład:

- Wykład wprowadzający (informacje ogólne o przedmiocie i wymogach egzaminacyjnych, podstawowe pojęcia i zagadnienia)
- Dietetyka- podstawowe pojęcia, umiejscowienie w naukach żywieniowych.
- Cele i zadania żywienia dietetycznego.
- Rola dietetyka w terapii.
- Metody ustalania kryteriów żywienia w stanach chorobowych.
- Wywiad żywieniowy i zasady jego prowadzenia.
- Podstawy klasyfikacji i opracowywania diet.
- Ogólne podstawy patofizjologii najczęściej występujących schorzeń, w których proces leczenia odpowiednią dietą odgrywa zasadniczą rolę: cukrzyca, miażdżyca, otyłość, nadciśnienie tętnicze, osteoporoza, schorzenia przewodu pokarmowego, nerek i wątroby.
- Klasyfikacja diet, ich charakterystyka, rekomendowane i przeciwwskazane środki spożywcze wykorzystywane w poszczególnych rodzajach diet oraz wartość odżywcza i energetyczna stosowanych diet. Modelowe diety lecznicze:
 - Dieta podstawowa;
 - Dieta łatwostrawna;
 - Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu;
 - Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego;
 - Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów;
 - Dieta niskobiałkowa;
 - Dieta wysokobiałkowa;
 - Dieta eliminacyjna;
 - Dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji (płynna, płynna wzmocniona, papkowata, do żywienia przez zgłębnik lub przetokę);
 - Dieta ubogoenergetyczna

- Modyfikacje diet leczniczych takie jak: dieta bezjajeczna, bezglutenowa, bezmleczna, bezlaktozowa, wegetariańska, dodatek drugiej kolacji.

Ćwiczenia:

- Zapoznanie z planem i programem zajęć, zasady pracy i zaliczenia ćwiczeń, przedstawienie karty przedmiotu.
- Przygotowanie materiałów wywiadu żywieniowego opartego na metodzie 3 dniowego bieżącego notowania z uwzględnieniem preferencji żywieniowych. Ocena

- żywienia i stanu odżywienia pacjenta.
3. Zasady planowania, układania oraz oceny jadłospisów.
4. Opanowanie umiejętności prawidłowego doboru produktów i technik kulinarnych w poszczególnych rodzajach diet
5. Opracowanie listy produktów rekomendowanych i przeciwwskazanych w różnych rodzajach diet na przykładzie 3 dniowego bieżącego notowania.
6. Modyfikacja 2 dniowych jadłospisów oraz dostosowanie ich do potrzeb diety. Ocena wartości odżywczej diety.
7. Praktyczne opracowanie zaleceń żywieniowych dla pacjenta w różnych rodzajach diet leczniczych z uwzględnieniem schorzeń. dietozależnych.
8. Praktyczne opracowanie 2 dniowych jadłospisów dla określonych rodzajów diet z uwzględnieniem indywidualnych modyfikacji.
9. Wykorzystanie w praktyce warsztatów kulinarnych jako narzędzia do komponowania diet leczniczych i ich modyfikacji.
10. Warsztaty kulinarne- przygotowanie dań i ich zamiana na potrawy niskoenergetyczne wraz z ich oceną organoleptyczną przydatnych do układania diet niskoenergetycznych.

Metody kształcenia

Wykład: informacyjny z wykorzystaniem technik multimedialnych.

Ćwiczenia: zadania indywidualne i grupowe wykonywane pod nadzorem nauczyciela akademickiego. Prezentacje multimedialne przygotowane przez studentów. Analiza i dyskusja wyników uzyskanych w pracy indywidualnej i grupowej w trakcie ćwiczeń. Studium przypadku.

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Zna zasady postępowania dietetycznego w różnych modelach diet leczniczych z uwzględnieniem przypisanych im schorzeń	K_W15	- egzamin - ustny, opisowy, testowy i inne - kolokwium	- Wykład - Ćwiczenia
Zna składniki pokarmowe rekomendowane i przeciwwskazane w różnych rodzajach diet leczniczych	K_W04	- egzamin - ustny, opisowy, testowy i inne - kolokwium	- Wykład - Ćwiczenia
Potrafi zaplanować i wdrożyć żywienie dostosowane do różnych modeli diet leczniczych z uwzględnieniem przypisanych im schorzeń	K_U20	obserwacja pracy studenta w trakcie zajęć, ocena zdolności do samodzielnej pracy	- Wykład - Ćwiczenia
Potrafi analizować i interpretować nieprawidłowości w sposobie żywienia na podstawie wywiadu oraz planować odpowiednie postępowanie dietetyczne	K_U14	Obserwacja pracy studenta w trakcie zajęć, ocena zdolności do samodzielnej pracy	Ćwiczenia
Jest świadomy potrzeby doksztalcania i samodoskonalenia przez całe życie	K_K02	obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	Ćwiczenia
Jest zorientowany na potrzeby pacjenta i okazuje mu należyty szacunek	K_K01	obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	Ćwiczenia

Warunki zaliczenia

Ćwiczenia:

1. Obecność na ćwiczeniach
2. Ocena umiejętności praktycznych – ocena sprawozdania z realizacji ćwiczeń – studium przypadku
3. Ocena zaangażowania studenta w realizację zadań na ćwiczeniach- aktywność na zajęciach
4. Ocena z kolokwium

Wykład:

1. Egzamin pisemny

Ocena końcowa z przedmiotu to 50% oceny z egzaminu i 50% oceny z ćwiczeń.

Literatura podstawowa

1. Grzymisławski M. Moszczak M. (red.) Żywienie człowieka zdrowego i chorego 2. Wydawnictwo naukowe PWN, Warszawa 2022
2. Ciborowska H. Dietetyka. Żywienie zdrowego i chorego człowieka. PZWL, Warszawa 2021
3. Jarosz M. (red.) Praktyczny podręcznik dietetyki. Instytut Żywności i Żywienia, Warszawa 2010
4. Gawęcki J. (red.) Żywienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. PWN, Warszawa 2016
5. Włodarek D., Lange E., Kozłowska L., Dietoterapia. PZWL, Warszawa 2014
6. Projektu rozporządzenia Ministra Zdrowia w sprawie wymagań obowiązujących przy prowadzeniu żywienia w szpitalach z 16.03.2022 r.;

Literatura uzupełniająca

1. Jarosz M. Bułhak-Jachymczyk B.(red.) Normy żywienia człowieka PZWL, Warszawa 2020
2. Kunachowicz H., Nadolna I., Przygoda B., Iwanow K., Tabele składu i wartości odżywczej żywności. Wydawnictwo lekarskie PZWL, Warszawa 2005

3. Peckenpaugh N. Podstawy żywienia i dietoterapia. Elsevier Urban & Partner, Wrocław 2011
4. Czasopisma i publikacje naukowe dostępne w Bibliotece Uniwersyteckiej UZ, cyfrowe bazy danych- www.bu.uz.zgora.pl

Uwagi

Zmodyfikowane przez dr hab. Mariusz Kasprzak, prof. UZ (ostatnia modyfikacja: 04-02-2023 16:05)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ