

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2021/2022**INFORMACJE OGÓLNE****1. Nazwa przedmiotu** Pracownia żywienia i dietetyki**2. Nazwa kierunku** Dietetyka**3. Poziom studiów** studia pierwszego stopnia**4. Liczba punktów ECTS** 4**5. Liczba godzin w semestrze**

semestr	w	ćw	lab	prj/zp	pws	prk
V			60			

6. Język wykładowy polski**7. Wykładowca** Agnieszka Panasiuk, mgr**INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE****8. Wymagania wstępne**

1. Wiedza i umiejętności z zakresu żywienia człowieka i dietoterapia
2. Podstawowa wiedza i umiejętności dotyczące oceny stanu odżywienia i sposobu żywienia

9. Cele przedmiotu

- C1 Zapoznanie studenta z praktycznymi aspektami pracy zawodowej dietetyka
- C2 Zapoznanie studenta z podstawowymi metodami diagnostycznymi oraz oceny stanu odżywienia i sposobu żywienia, wykorzystywanymi w poradnictwie dietetycznym
- C3 Wykształcenie umiejętności formułowania ogólnych zaleceń i opracowywania jadłospisów w wybranych, dietozależnych chorobach przewlekłych
- C4 Wykształcenie umiejętności analizy zawartości składników odżywczych w żywności oraz jej jakościowej oceny

10. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych

Student, który zaliczył przedmiot:	odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
------------------------------------	---

WIEDZA

EU01	zna i potrafi wdrażać zasady racjonalnego odżywiania oraz ustalić postępowanie dietetyczne w wybranych jednostkach chorobowych	K_W08, K_W16, K_W20, K_W21, K_W27
EU02	zna podstawowe metody diagnostyczne oraz oceny stanu odżywienia i sposobu żywienia stosowane w poradnictwie dietetycznym	K_W16, K_W17, K_W23
EU03	zna pojęcia związane z żywnością funkcjonalną	K_W03, K_W04

UMIEJĘTNOŚCI

EU04	potrafi przeprowadzić konsultację dietetyczną wraz z oceną stanu odżywienia oraz ustalić w oparciu o nie zalecenia dietetyczne	K_U02, K_U04, K_U05, K_U09
------	--	----------------------------

EU05	potrafi sformułować zalecenia dietetyczne w przewlekłych chorobach dietozależnych	K_U05, K_U18
EU06	potrafi ocenić wartość odżywczą wybranych produktów	K_U25, K_U27
KOMPETENCJE SPOŁECZNE		
EU07	kontynuuję naukę przez całe życie zawodowe w celu stałego uaktualniania wiedzy i umiejętności zawodowych	K_K03
EU08	potrafi samodzielnie przeprowadzić konsultację dietetyczną	K_K04, K_K05, K_K06
11. Treści programowe		
Forma zajęć – laboratoria		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Wprowadzenie – zapoznanie z pracownią, dostępnym wyposażeniem. Wstęp teoretyczny do praktycznej oceny stanu odżywienia 2. Ocena stanu odżywienia: wykonywanie pomiarów antropometrycznych; omówienie wskaźników służących do oceny stanu odżywienia, przeprowadzanie obliczeń i interpretacja wyników 3. Ocena stanu odżywienia: pomiary z wykorzystaniem analizatora Tanita. Wstęp teoretyczny – metodyka wykonywania pomiarów, zalecenia dla pacjenta, przeciwwskazania do przeprowadzania pomiarów metodą bioimpedancji. Wykonywanie pomiarów za pomocą analizatora Tanita, interpretacja wyników 4. Metody oceny sposobu żywienia – ocena jakościowa, ilościowa oraz jakościowo-ilościowa jadłospisów 5. Choroby układu krążenia – nadciśnienie tętnicze – etiologia, zasady dietoterapii. Ciśnienie tętnicze krwi – zasady pomiaru, samodzielne wykonywanie pomiarów, interpretacja wyników. Zalecenia dietetyczne w nadciśnieniu – praca z tekstem źródłowym. Omówienie postępowania żywieniowego w przypadku nadciśnienia, samodzielne układanie przykładowych diet przez studentów 6. Cukrzyca – etiologia choroby, film edukacyjny. Badanie poziomu glukozy we krwi – wykonywanie pomiarów glukometrem, analiza wyników, omówienie aktualnie obowiązujących norm. Zalecenia dietetyczne w przypadku cukrzycy, opracowywanie przykładowych zaleceń dla chorych na cukrzycę. Wymienniki węglowodanowe i białkowo-tłuszczowe – obliczenia, ćwiczenia praktyczne 7. Insulinooporność – etiologia, zasady dietoterapii. Indeks glikemiczny, ładunek glikemiczny – ćwiczenia praktyczne. Studium przypadku, opracowywanie zaleceń dietetycznych dla pacjenta z insulinoopornością 8. Pacjent w gabinecie dietetyka – ćwiczenia praktyczne; odgrywanie inscenizowanych scenek pacjent-dietetyk, studium przypadku, formułowanie zaleceń dietetycznych dla analizowanych przypadków 9. Analiza wartości odżywczej wybranych produktów. Dodatki do żywności. Żywność funkcjonalna – ćwiczenia praktyczne 10. Zaliczenie przedmiotu 		
12. Narzędzia/metody dydaktyczne		
1. Wykład konwersatoryjny		
2. Burza mózgów		
3. Praca w grupach zadaniowych		
4. Przeprowadzanie oceny stanu odżywienia z wykorzystaniem fałdomierzy oraz analizatora składu ciała		
5. Realizacja zleconych projektów (zaleceń dietetycznych, jadłospisów)		
6. Studium przypadku		
7. Inscenizacja porady dietetycznej, odgrywanie ról dietetyk – pacjent		
13. Sposoby oceny (częstkowe, końcowe)		
1. Ocena aktywności na zajęciach		
2. Zaliczenie każdego ćwiczenia		
3. Kolokwium		
14. Obciążenie pracą studenta		
Forma aktywności		liczba godzin

1. Zajęcia z bezpośrednim udziałem nauczyciela oraz konsultacje	66
2. Nakład pracy studenta	34
suma	100
liczba punktów ECTS	4
15. Literatura	
Literatura podstawowa:	
1. Heller M., Dieta DASH - plan działania: udowodnione działanie obniżające ciśnienie i zmniejszające stężenie cholesterolu bez stosowania leków. Medycyna Praktyczna, Kraków 2021	
2. Jeznach A. (red.), Żywnienie osób z cukrzycą i chorobami towarzyszącymi Wydawnictwo PZWL, Warszawa 2022	
3. Musiałowska D., Insulinooporność: zdrowa dieta i zdrowe życie. Wydawnictwo Feeria, Łódź 2021	
Literatura uzupełniająca:	
1. Brytek-Matera A. (red.), Psychodietetyka. Wydawnictwo PZWL, Warszawa 2020	
2. Ostrowska L., Bogdański P., Mamcarz A. (red.), Otyłość i jej powikłania: praktyczne zalecenia diagnostyczne i terapeutyczne. Wydawnictwo PZWL, Warszawa 2021	
3. Schlenker ED., Gilbert J., Williams' essentials of nutrition and diet. Elsevier 2019	
16. Formy oceny – szczegóły	
Przedmiot kończy się zaliczeniem z oceną.	
Warunki zaliczenia zajęć jest:	
<ul style="list-style-type: none"> - zaliczenie każdego z realizowanych zadań (w przypadku nieobecności zaliczenie laboratoriów w innej formie po uzgodnieniu z prowadzącym) - student może uzyskać oceny cząstkowe za aktywny udział w zajęciach (obserwacja zaangażowania studenta podczas zajęć) - uzyskanie pozytywnej oceny z zaliczenia końcowego. 	
<p>Zaliczenie będzie miało formę odpowiedzi ustnej na pytania z każdego bloku tematycznego (ocena stanu odżywienia i sposobu żywienia, nadciśnienie tętnicze, cukrzyca i insulinooporność, poradnictwo dietetyczne, żywność funkcjonalna). Student losuje po jednym pytaniu z każdego bloku tematycznego, każde z nich jest punktowane w skali 0-2 pkt. Maksymalnie można uzyskać 10 pkt, minimalnie na ocenę pozytywną 5 pkt.</p> <p>0 – 4,9 pkt - niedostateczny (2,0) 5,0 – 6,0 pkt - dostateczny (3,0) 6,1 – 7,0 pkt - dostateczny plus (3,5) 7,1 – 8,0 pkt - dobry (4,0) 8,1 – 9,0 pkt - dobry plus (4,5) 9,1 - 10 pkt- bardzo dobry (5,0)</p> <p>Ocenę końcową z przedmiotu stanowi średnia arytmetyczna z laboratoriów oraz zaliczenia końcowego.</p>	
17. Inne przydatne informacje o przedmiocie	
1. Bezpośrednich informacji o problematyce zajęć i treściach programowych udziela Prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji	
2. Zajęcia odbywać się będą w Akademii Białskiej im. Jana Pawła II w Białej Podlaskiej	
3. Zajęcia odbywać się będą zgodnie z aktualnym planem zajęć	
4. Konsultacje odbywać się będą zgodnie z obowiązującym terminarzem	