

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2022/2023

INFORMACJE OGÓLNE

1. Nazwa przedmiotu: Dietetyka / Nauki w zakresie podstaw opieki położniczej

2. Nazwa kierunku: położnictwo, profil praktyczny

3. Poziom studiów: studia pierwszego stopnia

4. Liczba punktów ECTS: 1

5. Liczba godzin w semestrze

semestr	w	ćw	lab/lek	prj/zp	pws	prk
VI	15	15				

6. Język wykładowy: polski

7. Wykładowca: mgr Agnieszka Panasiuk

INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE

8. Wymagania wstępne

Zaliczenie z wynikiem pozytywnym I oraz II roku studiów

9. Cele przedmiotu

C1 Przygotowanie studentów do rozumienia kierunkowości stosowania zasad profilaktyki i leczenia dietetycznego, jako jednego z elementów strategii rozwiązywania problemów zdrowotnych.

C2 Rozwijanie umiejętności wdrażania prawidłowej diety i eliminacji błędów żywieniowych dla różnych grup ludności. Rola żywienia w profilaktyce i leczeniu wybranych stanów chorobowych. Skutki stosowania niewłaściwego postępowania żywieniowego.

C3 Zdobywanie wiedzy na temat składników odżywczych i związków bioaktywnych występujących w żywności oraz ich znaczenia w prewencji chorób.

C4 Rozwijanie wiedzy o żywności funkcjonalnej i suplementach diety zawierających substancje aktywne inne niż składniki odżywcze oraz wskazania do ich stosowania.

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

Student, który zaliczył przedmiot:

WIEDZA, zna i rozumie

C.W19.	zasady żywienia osób zdrowych i chorych w różnym wieku oraz żywienia dojelitowego i pozajelitowego
C.W 20.	zasady żywienia kobiety w różnych okresach jej życia i różnym stanie zdrowia, ze szczególnym uwzględnieniem okresu ciąży oraz zasady żywienia noworodków i niemowląt
C.W 21.	zasady leczenia dietetycznego i powikłania dietoterapii
C.W 22.	środki spożywcze specjalnego przeznaczenia żywieniowego

UMIEJĘTNOŚCI, potrafi:

C.U31.	oceniać stan odżywienia i sposób żywienia, prowadzić poradnictwo w zakresie żywienia zdrowych i chorych dzieci i dorosłych, w szczególności kobiet w różnych okresach ich życia i różnym stanie zdrowia
C.U32.	stosować diety terapeutyczne w wybranych chorobach, nadzorować odrębności żywienia zbiorowego i rozpoznawać powikłania dietoterapii
C.U33.	planować podstawowe diety pod względem ilościowym i jakościowym, w tym zalecenia żywieniowe dla kobiety w okresie ciąży i karmienia piersią

KOMPETENCJE SPOŁECZNE, jest gotów do:	
5)	zasięgania opinii ekspertów w przypadku trudności z samodzielnym rozwiązaniem problemu;
7)	dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych oraz dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych.
11. Treści programowe	
Forma zajęć – wykłady	
<ol style="list-style-type: none"> Charakterystyka i funkcja białka w ustroju człowieka. Znaczenie aminokwasów w organizmie. Wartość odżywcza białek. Źródła białka w żywieniu. Skutki nadmiernego i niedostatecznego spożywania białka. Budowa i podział tłuszczów. Różnica między tłuszczami roślinnymi i zwierzęcymi. Źródła tłuszczów w żywieniu. Rola i znaczenie lipidów ustrojowych w organizmie. Spożycie tłuszczów a zdrowie. Budowa i podział węglowodanów. Główne funkcje i przemiany węglowodanów w organizmie. Znaczenie węglowodanów dla zdrowia człowieka. Definicja i klasyfikacja zakresów glikemii. Glikemia poposiłkowa a wiek człowieka. Znaczenie indeksu i ładunku glikemicznego oraz czynniki wpływające na jego wartość. Rola węglowodanów w posiłku. Wpływ insuliny na metabolizm składników pokarmowych. Charakterystyka hipo- i hiperglikemii. Zalecenia dietetyczne w insulinooporności. Jak zadbać o prawidłową pracę trzustki? Glikemia kontra żywienie zgodnie z dobowym zegarem biologicznym człowieka. Znaczenie i skutki niedoborów snu. Sen i hormon wzrostu. Proces powstawania tkanki tłuszczowej. 	
Forma zajęć- ćwiczenia	
<ol style="list-style-type: none"> . Zdrowa dieta kobiety w ciąży. Zalecenia dietetyczne dla kobiety chorej na cukrzycę ciężarnych. Gluten – zalecenia dietetyczne w celiakii. Znaczenie komórkowych składników odżywczych w profilaktyce wybranych chorób dietozależnych. Synergia komórkowych składników odżywczych i ich funkcje. Cholesterol a choroby serca – przyczyna czy skutek miażdżycy? Mikrobiom jelitowy. Znaczenie probiotyków i prebiotyków w ciąży i podczas karmienia piersią. Pierwsza pomoc dla mikrobioty jelit dziecka. Zasady leczenia dietetycznego i powikłania dietoterapii. Zasady żywienia kobiety w ciąży z cukrzycą i otyłością. Jak działa świat hormonów? Hormony przyczyną niepowodzeń w dążeniu do idealnej sylwetki po ciąży. Problemy żywieniowe kobiet w ciąży. Zalecenia dotyczące żywienia i stylu życia w nadczynności oraz niedoczynności tarczycy przy współwystępowaniu choroby Hashimoto. Zakwaszenie organizmu. Zasady postępowania i żywienia w dnje moczanowej u kobiet w ciąży. Zasady żywienia pozajelitowego. Schemat żywienia noworodków i niemowląt karmionych piersią/mlekiem modyfikowanym. „Superfoods” - odżywianie dla zdrowia. Znaczenie żywności funkcjonalnej i suplementów diety. Jak prawidłowo przygotować się do ciąży - dieta, badania, styl życia przed ciążą. 	
12. Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. Wykład	
2. Wyjaśnienie i prezentacja multimedialna	
3. Film edukacyjny	
4. Dyskusja panelowa	
5. Analiza piśmiennictwa naukowego	
6. Konsultacje	
13. Sposoby oceny (częstkowe, końcowe)	
Wykłady:	
F1. Obecność i aktywność na wykładach	
P1. Kolokwium/ test końcowy	
Ćwiczenia:	
F1. Obecność i aktywność na ćwiczeniach	

F2. Esej tematyczny	
F3. Prezentacja multimedialna	
14. Obciążenie pracą studenta	
Forma aktywności	liczba godzin
1. Zajęcia z bezpośrednim udziałem nauczyciela	30
2. Praca własna studenta	10
suma	40
liczba punktów ECTS	1
15. Literatura	
Literatura podstawowa:	
1. Grzymiśławski M. Dietetyka kliniczna. PZWL, 2020.	
2. Krauss H. Fizjologia żywienia. PZWL, 2019.	
Literatura uzupełniająca:	
1. Leszczyńska S. Dieta dla płodności. Zwierciadło, 2021.	
2. Różycka J. Wybrane zagadnienia psychodietetyki : narzędzia i metody pracy z osobami z nieprawidłowymi nawykami żywieniowymi. Difin, 2020.	
16. Formy oceny – szczegóły	
<p>Wykłady kończą się zaliczeniem z oceną. Podstawą zaliczenia wykładów jest: - <i>Pozytywna ocena z kolokwium końcowego (sprawdzian testowy zawierający pytania zamknięte).</i> Czas trwania 40 minut, 30 pytań testowych. Warunkiem otrzymania oceny pozytywnej jest uzyskanie 60% maksymalnej liczby punktów. Za prawidłową odpowiedź student otrzymuje 1 pkt. Maksymalnie można uzyskać 30 pkt., minimalnie na ocenę pozytywną 18 pkt.</p> <p>Ćwiczenia kończą się zaliczeniem z oceną. Podstawą zaliczenia ćwiczeń jest: <i>Pozytywna ocena z kolokwium (sprawdzian testowy zawierający pytania zamknięte)</i> Warunkiem uzyskania oceny pozytywnej jest uzyskanie 60% maksymalnej liczby punktów. Maksymalnie można uzyskać 20 pkt., minimalnie na ocenę pozytywną 12 pkt.</p> <p><i>Przygotowanie przez studenta tematycznej prezentacji multimedialnej z wybranego tematu, prezentacja pracy własnej na forum grupy. Student może uzyskać oceny cząstkowe za aktywny udział w zajęciach (obserwacja zaangażowania studenta podczas zajęć, inscenizacja pracy). Ocenę końcową z ćwiczeń stanowi średnia arytmetyczna z wszystkich uzyskanych ocen. Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest uzyskanie pozytywnych ocen z wyżej wymienionych zadań.</i></p> <p>Ocena kompetencji społecznych Ocena nauczyciela, ocena koleżanek/kolegów, Samoocena.</p>	
17. Inne przydatne informacje o przedmiocie	
1. Informacja, gdzie można zapoznać się z materiałami do zajęć, itp. Bezpośrednich informacji o problematyce zajęć i treściach programowych udziela Prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji	
2. Informacje na temat miejsca odbywania zajęć: zajęcia odbywać się będą w Akademii Białskiej im. Jana Pawła II	
3. Informacja na temat terminu zajęć (dzień tygodnia/godzina) zgodnie z informacją znajdującą się na stronie internetowej uczelni.	
4. Informacja na temat konsultacji (godziny + miejsce) zgodnie z informacją znajdującą się na stronie internetowej uczelni.	