



(miejsce na nazwę przedmiotu)

Profilaktyka Żywieniowa

1. METRYCZKA	
Rok akademicki	2024/2025
Wydział	Wydział Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Dietetyka
Dyscyplina wiodąca	Nauk o zdrowiu
Profil studiów	Praktyczny
Poziom kształcenia	Stopnia I
Forma studiów	Stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu	Obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się	Zaliczenie
Jednostka prowadząca /jednostki prowadzące	Zakład Dietetyki Klinicznej WUM ul. Erazma Ciołka 27 01-445
Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	Prof. dr hab. Dorota Szostak-Węgierek
Koordinator przedmiotu	Dr Anna Ukleja anna.ukleja@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus	Anna Ukleja jw.
Prowadzący zajęcia	Prof. dr hab. D. Szostak-Węgierek, dr Anna Ukleja dr Marzena Sekuła

2. INFORMACJE PODSTAWOWE			
Rok i semestr studiów	III rok licencjat semestr letni	Liczba punktów ECTS	2
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ		Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim			
wykład (W)		20	0,8
seminarium (S)		30	1,2
ćwiczenia (C)			
e-learning (e-L)			
zajęcia praktyczne (ZP)			
praktyka zawodowa (PZ)			
Samodzielna praca studenta			
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń		20	

3. CELE KSZTAŁCENIA	
C1	Przekazanie wiedzy na temat epidemiologii przyczyn oraz zapobiegania niezakaźnym chorobom cywilizacyjnym oraz roli żywienia w powstawaniu zapobieganiu i leczeniu chorób dietozależnych, m.in. za pomocą edukacji żywieniowej.
C2	Przekazanie wiedzy na temat epidemiologii przyczyn oraz zapobiegania niezakaźnym chorobom cywilizacyjnym oraz roli żywienia w powstawaniu zapobieganiu i leczeniu chorób dietozależnych, m.in. za pomocą edukacji żywieniowej.
C3	Rozwinięcie umiejętności prowadzenia edukacji żywieniowej w celu zapobiegania chorobom dietozależnym, m.in. poprzez poradnictwo dietetyczne i programy profilaktyczne oraz umiejętność opracowywania materiałów edukacyjnych dla chorych.

4. EFEKTY UCZENIA SIĘ	
Numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:	
E_W13	Wymienia objawy i przyczyny wybranych chorób oraz wskazuje podstawy działań interwencyjnych wobec pacjentów.
E_W25	Posiada wiedzę na temat wpływu prawidłowego i nieprawidłowego żywienia na zdrowie człowieka oraz czynników determinujących zachowania żywieniowe różnych grup populacyjnych
E_W30	Zna zasady i znaczenie promocji zdrowia, właściwego odżywiania i zdrowego stylu życia w profilaktyce chorób dietozależnych
E_W57	Opisuje zasady i znaczenie promocji zdrowia, właściwego odżywiania i zdrowego stylu życia w profilaktyce chorób społecznych i dietozależnych

Załącznik nr 4B do Procedury opracowywania i okresowego przeglądu programów studiów
(stanowiącej załącznik do Zarządzenia nr .../2024 Rektora WUM z dnia2024 r.)

E_W64	Zna i rozumie zasady oceny metod sposobu żywienia
E_W66	Opisuje zasady i znaczenie promocji zdrowia, właściwego odżywiania i zdrowego stylu życia w profilaktyce chorób społecznych i dietozależnych
Umiejętności – Absolwent potrafi:	
E_U01	Prowadzi edukację żywieniową dla osób zdrowych i chorych, ich rodzin oraz pracowników ochrony zdrowia.
E_U04	Planuje i wdraża odpowiednie postępowanie żywieniowe w celu zapobiegania chorobom dietozależnym
E_U16	Potrafi korzystać ze specjalistycznej literatury naukowej krajowej i zagranicznej, naukowych baz danych oraz informacji i danych przekazywanych przez międzynarodowe organizacje zajmujące się problematyką żywienia
E_U23	Przygotowuje materiały edukacyjne dla pacjenta
E_U39	Potrafi w sposób praktyczny wykorzystać wiedzę z zakresu żywienia człowieka zdrowego i chorego w prowadzeniu edukacji żywieniowej pracując indywidualnie i w zespole
E_U65	Wskazuje procesy prowadzące do rozwoju chorób i analizuje zależności między żywieniem a rozwojem chorób
E_U66	Zna istotę edukacji żywieniowej (definicja, cele, fazy, adresaci), kompetencje potrzebne dla skutecznego edukowania ludzi w zakresie żywności i żywienia oraz podstawy metodyki edukacji żywieniowej ludzi w różnym wieku
E_U83	Prezentuje w formie ustnej i pisemnej projekty upowszechniające wiedzę o żywieniu i żywności
Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:	
E_K04	Posiada świadomość stałego dokształcania się
E_K18	Stale poszukuje informacji na temat żywienia
E_K20	Systematycznie wzbogaca wiedzę
E_K30	Docenia przestrzeganie zdrowego stylu życia jako metody profilaktyki przewlekłych chorób niezakaźnych
E_K37	Posiada umiejętność rozwijania kompetencji zawodowych w zakresie edukacji żywieniowej i uznania roli ustawicznego uczenia się

Załącznik nr 4B do Procedury opracowywania i okresowego przeglądu programów studiów
(stanowiącej załącznik do Zarządzenia nr .../2024 Rektora WUM z dnia2024 r.)

5. ZAJĘCIA		
Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
Wykład 1- Choroby dietozależne.	W1 – Treści kształcenia: T1 - Choroby dietozależne : definicja, epidemiologia, przyczyny, współczesne zagrożenia, koszty leczenia, długość życia. Wykładowca: Prof. dr hab. D. Szostak-Węgierek	E_W13, E_W25, E_W57, E_W66, E_U016, E_U65, E_K30, E_K37
Wykład 2 Psychologiczne aspekty otyłości	W2 – Treści kształcenia: T2 – Psychologiczne aspekty otyłości :Czynniki psychologiczne w rozwoju i utrzymaniu otyłości, psychologiczne konsekwencje nadmiernej masy ciała, oddziaływanie psychologiczne w procesie leczenia. Wykładowca: mgr Marzena Sekuła	E_W13, E_W25, E_U04, E_U016, E_U65, E_K30
Wykład 3 Choroby układu krążenia	W3 – Treści kształcenia: T3 – Choroby układu krążenia nadcisnienie, ChNS, zawał serca, udar mózgu-epidemiologia. Czynniki ryzyka, rozpoznanie, leczenie zaburzeń lipidowych, leczenie dietetyczne. Profilaktyka chorób układu sercowo-naczyniowego. Wykładowca:Prof. dr hab. D. Szostak-Węgierek	E_W13, E_W25, E_W30, E_W57, E_W64, E_W66, E_U016, E_U65,E_K30
Wykład 4 Profilaktyka depresji	W4 – Treści kształcenia: T4 – Profilaktyka depresji. Wykładowca: Prof. dr hab. D. Szostak-Węgierek	E_W13, E_W25, E_W57, E_W66,E_U016, E_U65, E_K18, E_K30
Wykład 5 Indeks i ładunek glikemiczny	W5 – Treści kształcenia: T5 – Indeks i ładunek glikemiczny. Wykorzystanie tych wskaźników w planowaniu diety chorych na cukrzycę typu 2 i w zapobieganiu cukrzycy. Zastosowanie indeksu glikemicznego w profilaktyce i dietoterapii otyłości i chorób sercowo naczyniowych. Wykładowca: dr Anna Ukleja	E-W13, E_W25, E_U04, E_U016, E_U65, E_W66, E_K04, E_K18, E_K20
Wykład 6 Programy profilaktyczne	W6 – Treści kształcenia: T6 – Programy profilaktyczne w cukrzycy. Przegląd programów polityki zdrowotnej na poziomie centralnym (MZ) i regionalnym (JST) Wykładowca: dr Anna Ukleja	E_W13, E_W25, E_W30, E_W57, E_U01, E_U04, E_U016, E_U65, E_U66, E_U023,E_K30, E_K37
Wykład 7 Choroby kobiece	W7 – Treści kształcenia: T7 – Błędy żywieniowe a ryzyko chorób kobiecych (zespół napięcia przedmiesiączkowego, endometrioza, zaburzenia płodności u kobiet i mężczyzn), możliwości profilaktyki. Wykładowca: Prof .dr hab. Dorota Szostak-Węgierek	E_W13, E_W25, E_W30, E_W57, E_W66, E_U016, E_U65, E_K04, E_K18,E_K30
Wykład 8 Choroby oczu	W8 – Treści kształcenia: T8 – Profilaktyka i leczenie chorób oczu : epidemiologia, przyczyny , leczenie, dieta (zwyrodnienie plamki żółtej, zaćma, jaskra). Wykładowca: dr Anna Ukleja	E_W13, E_W57, E_U016, E_U65, E_W66, E_K04, E_K18, E_K30,
Wykład 9 Zaburzenia czynnościowe jelit	W9 – Treści kształcenia: T9 – Rola czynników dietetycznych w symptomatologii zaburzeń czynnościowych jelit. Zaparcia, biegunki. Wykładowca: dr Anna Ukleja	E_W13, E_W25, E_W57, E_U04, E_U016, E_U65, E_K18, E_K20, E_K30
Wykład 10 Choroby neurodegeneracyjne	W10 – Treści kształcenia: T10 – Profilaktyka i leczenie chorób neurodegeneracyjnych i ośrodkowego układu nerwowego- choroba Parkinsona i Alzheimera . Definicja, epidemiologia, rozpoznanie.	E_W13, E_W25, E_W57,E_U016, E_U65, E_W66, E_K18, E_K_20 E_K30

Załącznik nr 4B do Procedury opracowywania i okresowego przeglądu programów studiów
(stanowiącej załącznik do Zarządzenia nr .../2024 Rektora WUM z dnia2024 r.)

	Czynniki żywieniowe mające znaczenie w rozwoju i przebiegu choroby. Wykładowca: dr Anna Ukleja	
Seminarium 1	S1- Treści kształcenia T1- – Choroby dietozależne Wykładowca: Prof.dr hab. D. Szostak-Węgierek	E_W13, E_W25, E_W57, E_W66, E_U016, E_U39 E_U65, E_U66, E_K04, E_K18, E_K30
Seminarium 2	S2- Treści kształcenia T2 – Case Study- prawdziwe historie pacjentów chorujących na otyłość. Wykładowca: dr Marzena Sekuła	E_W13, E_W25, E_U01 E_U04, E_U016, E_U023, E_U39, E_U65, E_U66, E_U83, E_K30, E_K37
Seminarium 3	S3- Treści kształcenia T3 – – Choroby układu krążenia Wykładowca: Prof. dr hab. D. Szostak-Węgierek	E_W13, E_W25, E_W30, E_W57, E_U01, E_U016, E_U023 , E_U39 E_U65, E_K30
Seminarium 4	S4- Treści kształcenia T4 – Profilaktyka depresji. Wykładowca: Prof.dr hab. D. Szostak-Węgierek	E-W13, E_W25, E_U04, E_U016, E_U39, E_U65, E_K04, E_K18, E_K20
Seminarium 5	S5- Treści kształcenia T5- Indeks i ładunek glikemiczny. Obliczanie diet pod kątem indeksu i ładunku glikemicznego. Wykładowca: dr Anna Ukleja	E-W13, E_W25, E_W64, E_W66, E_U04, E_U016, E_U39, E_U65, E_U83, E_K04, E_K18, E_K20, E_K37
Seminarium 6	S6- Treści kształcenia T6 – Rola diety w profilaktyce cukrzycy i jako działanie w programach profilaktycznych. Wykładowca: dr Anna Ukleja	E_W13, E_W25, E_W30, E_W57, E_U01, E_U04, E_U016, E_U39, E_U65, E_U023, E_K04, E_K30, E_K37
Seminarium 7	S7- Treści kształcenia T7 – Błędy żywieniowe a ryzyko chorób kobiecych Wykładowca: Prof. dr hab. Dorota Szostak-Węgierek	E_W13, E_W25, E_W30, E_W57, E_W66, E_U016, E_U39, E_U65, E_K04, E_K18, E_K20, E_K30
Seminarium 8	S8- Treści kształcenia T8 – Rola czynników żywieniowych w profilaktyce i leczeniu chorób oczu. Wykładowca: dr Anna Ukleja	E_W13, E_W57, E_W66, E_U016, E_U39 E_U65, E_U66, E_U83, E_K04, E_K18, E_K20, E_K30, E_K37
Seminarium 9	S9- Treści kształcenia T9 – Planowanie żywienia u pacjentów z zaburzeniami czynnościowymi jelit. Wykładowca: dr Anna Ukleja	E_W13, E_W57, E_W64, E_U016, E_U39, E_U65, E_U66, E_K04, E_K18, E_K20, E_K30
Seminarium 10	S10- Treści kształcenia T10 —planowanie żywienia i suplementacji u pacjentów z chorobami neurodegeneracyjnymi Wykładowca: dr Anna Ukleja	E_W13, E_W25, E_W57, E_W64, E_U016, E_U023, E_U39 E_U65, E_U66, E_K04, E_K18, E_K20 E_K30

6. LITERATURA

Obowiązkowa

1. Poniewierka E (red): Żywnienie w chorobach przewodu pokarmowego i zaburzeniach metabolicznych. Wyd. Cornetis 2010
2. Sobotka L (red): Podstawy Żywienia Klinicznego. Redakcja Naukowa wydania polskiego: T. Korba., S Kłęk. Wyd. Lek. PZWL 2019.
3. Kunachowicz H.: Tabele składu i wartości odżywczej. Wyd. PZWL 2017
4. Ukleja A., Kunachowicz H., Szczygieł B.: Zastosowanie Indeksu glikemicznego w profilaktyce i leczeniu otyłości. Wyd. WUM 2012
5. Dorota Szostak-Węgierek. Intrauterine nutrition: long-term consequences for vascular health. International Journal of Women's Health 2014:6 647–656.
6. Jarosz M (red):. Dietetyka – żywność, żywienie w prewencji i leczeniu. Wydawca IŻŻ, Warszawa 2016/17.
7. Sobotka L (red): Podstawy Żywienia Klinicznego. Redakcja Naukowa wydania polskiego: T. Korba., S Kłęk. Wyd. Lek. PZWL 2019.
8. Kunachowicz H.: Tabele składu i wartości odżywczej. Wyd. PZWL 2017
9. Ukleja A., Kunachowicz H., Szczygieł B.: Zastosowanie Indeksu glikemicznego w profilaktyce i leczeniu otyłości. Wyd. WUM 2012
10. Jarosz M (red):. Dietetyka – żywność, żywienie w prewencji i leczeniu. Wydawca IŻŻ, Warszawa 2016/17.
11. Dietoterapia. Włodarek D, Lange E, Kozłowska L, Głąbska D., Wyd. PZWL 2014
12. Dietetyka kliniczna red.. Marian Grzymisławski. PZWL 2019
13. Żywnienie osób z cukrzycą i chorobami towarzyszącymi - red. Anna Jeznach-Steinhagen wyd. PZWL 2020
14. Żywnienie kliniczne praktyczne zagadnienia. Sylwia Małgorzewicz Tom I i II wyd. Czelej 2020
15. Żywnienie w chorobach nowotworowych red. Andrzej Szawłowski wyd. PZWL 2020
16. Obesitologia Kliniczna red. Magdalena Olszanecka-Glinianowicz wyd.PZWL 2021
17. Współczesna dietoterapia red. Włodarek D, Lange E wyd. PZWL 2022
18. Żywnienie Człowieka zdrowego I chorego red. Marian Grzymisławski , Małgorzata Moszak wyd. PWN 2022
19. Psychodietetyka, czyli jak przestać zjadać emocje i stres. Aleksandra Kobylińska. wyd. Vital. 2023

Uzupełniająca

7. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
Seminaria	zaliczenie	Ocenianie formujące: dyskusja podczas zajęć; rozwiązywanie zadań w małych grupach podczas ćwiczeń; analiza materiałów/problemów podczas seminariów.
Wykłady	zaliczenie	Test wyboru poniżej 65% możliwych do zdobycia punktów - nzl

8. INFORMACJE DODATKOWE

(tu należy zamieścić informacje istotne z punktu widzenia nauczyciela niezawarte w pozostałej części sylabusu, w szczególności w oparciu o regulacje wynikające z § 26 ust. 1 i 2, § 27 ust. 3 oraz § 28 ust. 1 Regulaminu Studiów wskazanie liczby terminów zaliczeń przedmiotu, w tym zaliczeń dopuszczających do egzaminu, oraz np. czy przedmiot jest powiązany z badaniami naukowymi, szczegółowy opis egzaminu, informacje o kole naukowym)

Prawa majątkowe, w tym autorskie, do sylabusu przysługują WUM. Sylabus może być wykorzystywany dla celów związanych z kształceniem na studiach odbywanych w WUM. Korzystanie z sylabusu w innych celach wymaga zgody WUM.

„Prawa majątkowe, w tym autorskie do sylabusu, przysługują WUM. Sylabus może być wykorzystywany dla celów związanych z kształceniem na studiach odbywanych w WUM. Korzystanie z sylabusu w innych celach wymaga zgody WUM.”

UWAGA

Końcowe 10 minut ostatnich zajęć w bloku/semestrze/roku należy przeznaczyć na wypełnienie przez studentów Ankiety Oceny Zajęć i Nauczycieli Akademickich