



## Demografia i Epidemiologia Żywieniowa

### 1. METRYCZKA

|                                            |                                                                                                         |
|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Rok akademicki                             | 2025/2026                                                                                               |
| Wydział                                    | Wydział Nauk o Zdrowiu                                                                                  |
| Kierunek studiów                           | Dietetyka                                                                                               |
| Dyscyplina wiodąca                         | Nauki o zdrowiu                                                                                         |
| Profil studiów                             | Praktyczny                                                                                              |
| Poziom kształcenia                         | II stopnia                                                                                              |
| Forma studiów                              | stacjonarne                                                                                             |
| Typ modułu/przedmiotu                      | obowiązkowy                                                                                             |
| Forma weryfikacji efektów uczenia się      | zaliczenie                                                                                              |
| Jednostka prowadząca /jednostki prowadzące | Zakład Dietetyki Klinicznej<br>Zakład Profilaktyki i Zagrożeń Środowiskowych, Alergologii i Immunologii |
| Kierownik jednostki/kierownicy jednostek   | Prof. Dorota Szostak-Węgierek<br>Prof. Bolesław Samoliński                                              |
| Koordynator przedmiotu                     | Prof. Dorota Szostak-Węgierek<br>dorota.szostak-wegierek@wum.edu.pl                                     |
| Osoba odpowiedzialna za sylabus            | Prof. Dorota Szostak-Węgierek<br>dorota.szostak-wegierek@wum.edu.pl                                     |
| Prowadzący zajęcia                         | Prof. Dorota Szostak-Węgierek,<br>Prof. Iwona Traczyk,<br>Dr hab. prof. IMiD Katarzyna Szamotulska      |

### 2. INFORMACJE PODSTAWOWE

|                       |                         |                     |      |
|-----------------------|-------------------------|---------------------|------|
| Rok i semestr studiów | I rok<br>semestr zimowy | Liczba punktów ECTS | 2.00 |
|-----------------------|-------------------------|---------------------|------|

| <b>FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ</b>                       | <b>Liczba godzin</b> | <b>Kalkulacja punktów ECTS</b> |
|------------------------------------------------------|----------------------|--------------------------------|
| <b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim</b> |                      |                                |
| wykład (W)                                           | 14                   | 0,6                            |
| seminarium (S)                                       | 20                   | 0,8                            |
| ćwiczenia (C)                                        | 0                    | 0                              |
| e-learning (e-L)                                     | -                    |                                |
| zajęcia praktyczne (ZP)                              | -                    |                                |
| praktyka zawodowa (PZ)                               | -                    |                                |
| <b>Samodzielna praca studenta</b>                    |                      |                                |
| Przygotowanie do zajęć i zaliczeń                    | 16                   | 0,6                            |

### 3. CELE KSZTAŁCENIA

|    |                                                                                                                                                                                                     |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| C1 | Dostarczenie wiedzy z zakresu poznawczego epidemiologii, ze szczególnym uwzględnieniem epidemiologii żywieniowej, w powiązaniu z dynamiką rozwoju demograficznego populacji                         |
| C2 | Utrwalenie umiejętności korzystania z ilościowych mierników stanu zdrowia populacji, z ocen nasilenia czynników ryzyka rozwoju chorób oraz z metod i narzędzi demografii                            |
| C3 | Rozwinięcie umiejętności oceny wiarygodności metod badań epidemiologicznych, ze szczególnym uwzględnieniem metod oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia na poziomie populacyjnym i indywidualnym |
| C4 | Rozwinięcie umiejętności oceny adekwatności spożycia i stanu odżywienia na tle aktualnych norm żywienia z zastosowaniem nowoczesnych statystycznych metod interpretacji                             |
| C5 | Przygotowanie do samodzielnego wyboru metody oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia w zależności od celu badania, zaprojektowania i interpretacji wyników walidacji ankiet                       |
| C6 | Rozwinięcie umiejętności decydowania o wyborze właściwej metody badania sposobu żywienia w wielodyscyplinarnym zespole projektów klinicznych i epidemiologicznych.                                  |

### 4. EFEKTY UCZENIA SIĘ

| <b>Numer efektu uczenia się</b> | <b>Efekty w zakresie</b> |
|---------------------------------|--------------------------|
|---------------------------------|--------------------------|

#### Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:

|        |                                                                                                                                                       |
|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D2.W10 | podstawowe wskaźniki demograficzne i epidemiologiczne wykorzystywane w ocenie stanu zdrowia i odżywienia populacji                                    |
| D2.W11 | metody badań epidemiologicznych stosowane w analizie wzorców żywieniowych oraz czynników ryzyka chorób dietozależnych w różnych grupach populacyjnych |

#### Umiejętności – Absolwent potrafi:

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

|         |                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D2.U.11 | stosować narzędzia epidemiologiczne oraz analizować dane demograficzne i epidemiologiczne dotyczące stanu zdrowia i sposobu żywienia różnych grup ludności oraz interpretować ich znaczenie dla polityki zdrowotnej i żywieniowej |
| D2.U.41 | analizować i oceniać stan odżywienia człowieka na podstawie dostępnych metod diagnostycznych                                                                                                                                      |

**Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:**

|        |                                                                                |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------|
| D2.K03 | skutecznej współpracy w zespole interdyscyplinarnym i organizowania jego pracę |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------|

## 5. ZAJĘCIA

| Forma zajęć | Treści programowe                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Efekty uczenia się       |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| Wykłady     | <p>W1 – Geneza, cele i zadania epidemiologii jako dyscypliny naukowej i działalności praktycznej. Omówienie niezbędnych podstaw epidemiologii ogólnej i demografii. Ustalenie podstawowej terminologii. Definicje, obszar działania, główne cele. Podstawy demografii. Terminologia. Źródła danych o ludności. Metody badań. Współczynniki demograficzne. Struktura ludności.<br/>Wykładowca- Prof. Dorota Szostak-Węgierek</p> <p>W2- Teoria przejścia demograficznego. Obecna sytuacja demograficzna w Polsce i na świecie. Prognozy demograficzne. Współczesne normy żywienia, sposoby wykorzystania w ocenie sposobu żywienia osób indywidualnych i w grupie osób. Możliwości i ograniczenia w interpretacji wyników oceny sposobu żywienia. Źródła i przyczyny zmienności diety na poziomie osobniczym i w grupie osób. Ocena aktywności fizycznej.<br/>Wykładowca- Prof. Dorota Szostak-Węgierek</p> <p>W3- Typy badań wykorzystywane w epidemiologii żywieniowej: badania skriningowe, korelacyjne, kliniczno-kontrolne, kohortowe. Cele stawiane przed nimi i możliwości interpretacyjne. Określenie pojęcia i poznanie mierników zdrowia. Zapoznanie ze współczynnikami charakteryzującymi stan zdrowia populacji polskiej i europejskiej. Charakterystyka stanu zdrowia populacji polskiej na tle wskaźników w innych krajach europejskich. Zróżnicowanie regionalne, nierówności w zdrowiu, związki z charakterystyką demograficzną.<br/>Wykładowca- Prof. Dorota Szostak-Węgierek</p> <p>W4- EBM jako paradygmat osiągania prawdy naukowej. Planowanie badania epidemiologicznego w zależności od celu, wybór metody, dobór próby, zaplanowanie kwestionariusza.<br/>Wykładowca- Prof. Katarzyna Szamotulska</p> <p>W5- Biologiczne i biochemiczne markery jako wskaźniki spożycia wybranych składników odżywczych. Definicja czynników ryzyka. Kliniczne i subkliniczne objawy niedoborów i nadmiarów składników odżywczych w diecie. Implikacje całkowitego spożycia energii w analizie wyników badań epidemiologicznych. Genetyka w analizie wpływu diety na efekty zdrowotne. Przykłady dużych żywieniowych badań epidemiologicznych.<br/>Wykładowca- Prof. Dorota Szostak-Węgierek</p> | <p>D2.W10<br/>D2.W11</p> |

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

|           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                             |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
|           | <p>W6- Epidemiologia przewlekłych chorób dietozależnych, rola czynników żywieniowych w patogenezie, zapobieganiu i leczeniu. Epidemiologia otyłości i innych chorób związanych z żywnością i żywieniem (choroby układu krążenia, cukrzyca typu 2, zespół metaboliczny).<br/>Wykładowca- Prof. Dorota Szostak-Węgierek</p> <p>W7- Programy epidemiologiczne badające związki między dietą, a rozwojem chorób – osiągnięcia, interwencje i perspektywy. W wykładzie uwzględnione zostaną następujące zagadnienia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Programy i badania epidemiologiczne w Polsce.</li> <li>– Kluczowe międzynarodowe badania i programy.</li> <li>– Interwencje i osiągnięcia naukowe.</li> <li>– System zbierania i analizy danych epidemiologicznych: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ źródła danych w Polsce,</li> <li>○ systemy międzynarodowe.</li> </ul> </li> <li>– Przyszłe kierunki badań.</li> <li>– Użyteczne adresy i bazy danych.</li> </ul> <p>Wykładowca- Prof. Iwona Traczyk</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                             |
| Seminaria | <p>S1-Typy badań wykorzystywane w epidemiologii żywieniowej: badania skriningowe, korelacyjne, kliniczno-kontrolne, kohortowe. Cele stawiane przed nimi i możliwości interpretacyjne- analiza opublikowanych wyników badań.<br/>Wykładowca- Prof. Dorota Szostak-Węgierek</p> <p>S2- Planowanie badania epidemiologicznego w zależności od celu, wybór metody, dobór próby, zaplanowanie kwestionariusza.<br/>Wykładowca- Prof. Katarzyna Szamotulska</p> <p>S3- Epidemiologia wybranych nowotworów. Związek ryzyka nowotworów ze sposobem żywienia.<br/>Wykładowca- Prof. Dorota Szostak-Węgierek</p> <p>S4- Spożycie żywności, energii i składników odżywczych w Polsce. Trendy, zagrożenia, korzystne i niekorzystne zmiany diety. Związki ze stanem zdrowia, współczynnikami zgonów.<br/>Wykładowca- Prof. Dorota Szostak-Węgierek</p> <p>S5- Rola epidemiologii żywienia w zdrowiu publicznym. Wykorzystanie wyników badań na rzecz poprawy zdrowia społeczeństwa: w promocji zdrowia, w prewencji pierwotnej, prewencji wtórnej i prewencji trzeciego stopnia.<br/>Wykładowca- Prof. Dorota Szostak-Węgierek</p> <p>S6- Planowanie żywieniowego badania epidemiologicznego. Część 1. Opracowanie koncepcji z jasnym pytaniem badawczym.<br/>Wykładowca- Prof. Iwona Traczyk</p> <p>S7- Planowanie żywieniowego badania epidemiologicznego. Część 2. Metody zbierania danych żywieniowych i dot. stanu odżywienia w żywieniowych badaniach epidemiologicznych.<br/>Wykładowca- Prof. Iwona Traczyk</p> | <p>D2.W10<br/>D2.W11<br/>D2.U.11<br/>D2.U.41<br/>D2.K03</p> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | <p>S8 – Plan analizy danych i ocena jakości badania. Walidacja danych o spożyciu żywności w badaniach epidemiologicznych.<br/>Wykładowca- Prof. Iwona Traczyk</p> <p>S9- Procedura opracowania danych żywieniowych na przykładzie danych otrzymywanych w oparciu o kwestionariusz KomPAN .<br/>Wykładowca- Prof. Iwona Traczyk</p> <p>S10- Raportowanie żywieniowych badań epidemiologicznych. Krytyczna ocena danych o spożyciu energii. Ocena niedoszacowania wartości energetycznej wywiadów żywieniowych.<br/>Wykładowca- Prof. Iwona Traczyk</p> |  |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

## 6. LITERATURA

### Obowiązkowa

1. Jędrychowski W. Podstawy epidemiologii. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego Kraków 2002, wyd.6
2. Jędrychowski W. Epidemiologia w medycynie klinicznej i zdrowiu publicznym. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego Kraków 2010, wyd.1
3. Normy żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie. Red. Jarosz M., Rychlik E., Stoś K., Charzewska J. Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego - PZH 2020
4. Bzdęga J., Gębska-Kuczerowska A., Epidemiologia w zdrowiu publicznym, Wyd.Lek. PZWL,2010.
5. Webb P., Bain Ch., Page A. Epidemiologia. Podręcznik dla studentów i praktyków. Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa, 2021.
6. Kwestionariusz do badania poglądów i zwyczajów żywieniowych oraz procedura opracowania danych (KomPAN®): wersja polskojęzyczna - wydanie drugie.  
[https://knozc.pan.pl/index.php?option=com\\_content&view=article&id=136:kwestionariusz-do-badania-pogladow-i-zwyczajow-zywieniowych-oraz-procedura-opracowania-danych-kompan-wersja-polskojezyczna-wydanie-drugie&catid=36&Itemid=129&lang=pl](https://knozc.pan.pl/index.php?option=com_content&view=article&id=136:kwestionariusz-do-badania-pogladow-i-zwyczajow-zywieniowych-oraz-procedura-opracowania-danych-kompan-wersja-polskojezyczna-wydanie-drugie&catid=36&Itemid=129&lang=pl)
7. Przewodnik metodyczny badań sposobu żywienia. (red. Gronowska-Senger A.), Komitet Nauki o Żywieniu Człowieka Polskiej Akademii Nauk, Warszawa 2013
8. Sytuacja zdrowotna ludności Polski i jej uwarunkowania (red. Bogdan Wojtyniak, Paweł Goryński). Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego - Państwowy Zakład Higieny, Warszawa 2022, <https://www.pzh.gov.pl/raport-sytuacja-zdrowotna-ludnosci-polski-i-jej-uwarunkowania/>

### Uzupełniająca

1. Willet W., Nutritional Epidemiology. Oxford Univ. Press. 2013
2. Gibson RS. Principles of Nutritional Assessment. Oxford University Press 2005.

## 7. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

| Symbol przedmiotowego efektu uczenia się | Sposoby weryfikacji efektu uczenia się                                                                                                                                             | Kryterium zaliczenia                                                                                                                            |
|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D2.W10<br>D2.W11<br>D2.U.11<br>D.2.U41   | Wykonanie zadań podczas seminarium 9 i 10 oraz uzyskanie pozytywnej oceny; udział w dyskusji podczas seminariów. Dopuszcza się dodatkowe sprawdzenie wiedzy studenta (wyjściówka). | 100% obecność na seminariach. Nieobecności, także udokumentowane i usprawiedliwione (dokument do wglądu wykładowcy) należy odrobić po uprzednim |

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

|                                        |                                                                                      |                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                        |                                                                                      | indywidualnym kontakcie z prowadzącym zajęcia i umówieniu terminu odrobienia.<br>Forma – zaliczenia nieobecności – ustna- odpowiedź na 2-3 pytania. |
| D2.W10<br>D2.W11<br>D2.U.11<br>D.2.U41 | Zaliczenie końcowe – test w trybie on-line<br>Zakres tematyczny: wykłady, seminaria. | Próg zaliczeniowy $\geq 60\%$                                                                                                                       |

## 8. INFORMACJE DODATKOWE

Nagrany wykład 7. zostanie umieszczony na platformie e-learningowej. Będzie dostępny do zaliczenia przedmiotu.  
Nieobecność na seminarium (niezależnie od przyczyny) wymaga ustnego zaliczenia materiału w ciągu tygodnia od daty nieobecności, u osoby prowadzącej zajęcia. Spóźnienie powyżej 15 minut traktowane jest jako nieobecność - wymaga ustnego zaliczenia tematyki zajęć. Studenci mają obowiązek aktywnego uczestniczenia w zajęciach.

Możliwe są trzy podejścia do zaliczenia przedmiotu

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