

Karta przedmiotu

Nazwa i kod przedmiotu	Podstawy dietetyki (Wykład), PG_00154681						
Kierunek studiów	Biologia medyczna (O)						
Data rozpoczęcia studiów	październik 2024 r.		Rok akademicki realizacji przedmiotu		2025/2026		
Poziom kształcenia	II stopnia		Grupa zajęć		Grupa zajęć obowiązkowych z zakresu kierunku studiów		
Forma studiów	stacjonarne		Sposób realizacji		na uczelni		
Rok studiów	2		Język wykładowy		polski		
Semestr studiów	3		Liczba punktów ECTS		2.0		
Profil kształcenia	ogólnoakademicki		Forma zaliczenia		egzamin		
Jednostka prowadząca	Wydział Biologii -> Katedra Fizjologii Zwierząt i Człowieka -> Pracownia Neurofizjologii i Neurochemii						
Imię i nazwisko wykładowcy (wykładowców)	Odpowiedzialny za przedmiot		dr Ziemowit Ciepielewski				
	Prowadzący zajęcia z przedmiotu						
Formy zajęć	Forma zajęć	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Projekt	Seminarium	RAZEM
	Liczba godzin zajęć	20.0	0.0	0.0	0.0	0.0	20
	W tym liczba godzin zajęć na odległość: 0.0						
Aktywność studenta i liczba godzin pracy	Aktywność studenta	Udział w zajęciach dydaktycznych, objętych planem studiów		Udział w konsultacjach		Praca własna studenta	RAZEM
	Liczba godzin pracy studenta	20		3.0		27.0	50
Cel przedmiotu	Poznanie roli czynników biologicznych i środowiskowych wpływających na odżywianie człowieka w jego wszystkich fazach rozwojowych. Poznanie norm żywienia. Zrozumienie procesów wpływających na nawyki żywieniowe. Cele i zadania żywienia dietetycznego. Charakterystyka wybranych diet leczniczych. Umiejętność rozpoznawania zaburzeń odżywiania.						

Efekty uczenia się przedmiotu	Efekt kierunkowy	Efekt z przedmiotu	Sposób weryfikacji i oceny efektu
	[BIOLMEDMU2_W03] zna budowę i funkcje organizmu człowieka, biologiczne przyczyny zaburzeń, zmian chorobowych i dysfunkcji społecznych oraz metody ich oceny przy użyciu metod biochemicznych, molekularnych, parazytologicznych lub neurobiologicznych	Student zna budowę i funkcje układu pokarmowego, gruczołów i hormonów związanych z odżywianiem i jego regulacją. Orientuje się w najczęściej występujących zaburzeniach odżywiania i problematyce otyłości. Zna wskaźniki stosowane w diagnostyce chorób żywieniowych, oraz metody diagnozowania tych chorób.	[SW4] test/egzamin - ustny lub pisemny
	[BIOLMEDMU2_W01] ma pogłębioną wiedzę z zakresu dziedzin i dyscyplin naukowych istotnych dla biologii medycznej i studiowanej specjalności oraz zna ich główne trendy rozwojowe	Student ma aktualną wiedzę z zakresu dietetyki i poradnictwa żywieniowego, jak również orientuje się w najnowszych trendach biomedycznych dotyczących dietetyki.	[SW4] test/egzamin - ustny lub pisemny [SW1] wypowiedź ustna/rozmowa/ dyskusja
	[BIOLMEDMU2_W02] orientuje się w aktualnie dyskutowanych problemach dotyczących biologii medycznej oraz dyscyplin pokrewnych	Student posiada wiedzę dotyczącą aktualnych problemów związanych z dietetyką oraz żywieniem człowieka.	[SW4] test/egzamin - ustny lub pisemny [SW1] wypowiedź ustna/rozmowa/ dyskusja
	[BIOLMEDMU2_U06] zna i stosuje angielskojęzyczne słownictwo specjalistyczne z zakresu nauk biologicznych i medycznych w codziennym działaniu zawodowym/naukowym	Student posługuje się profesjonalnym słownictwem z zakresu dietetyki i żywienia	[SU1] wypowiedź ustna/rozmowa/ dyskusja [SU4] test/egzamin - ustny lub pisemny
	[BIOLMEDMU2_U01] potrafi biegle, ale w krytyczny sposób, korzystać z literatury naukowej oraz baz danych niezbędnych w działalności z zakresu biologii medycznej i dyscyplin pokrewnych	Student profesjonalnie wykorzystuje literaturę naukową dotyczącą żywienia	[SU1] wypowiedź ustna/rozmowa/ dyskusja
Treści przedmiotu	Podstawy fizjologii układu pokarmowego (trawienie, absorpcja i metabolizm). Przegląd węglowodanów, białek i tłuszczów w aspekcie żywieniowym. Witaminy i minerały w żywieniu człowieka. Podstawowa przemiana materii. Mechanizm kontroli pobierania pokarmu. Oś mózgowo-jelitowa. Normy żywienia w fazach rozwojowych człowieka. Podstawowe zasady zrównoważonego odżywiania zgodne z zaleceniami IŻŻ. Piramida i talerz żywienia. Problematyka nadwagi i otyłości. Zaburzenia odżywiania (jadłowstręt psychiczny, żarłoczność psychiczna, ortoreksja, bigoreksja). Sposoby modyfikacji i eliminacji nieprawidłowych nawyków żywieniowych. Pojęcia bezpieczeństwa żywności i bezpieczeństwa żywnościowego. Nietolerancje pokarmowe. Dietetyka stosowana: przegląd diet leczniczych oraz sposobów odżywiania ("dieta śródziemnomorska", wegetarianizm, weganizm)		
Wymagania wstępne i dodatkowe			
Sposoby i kryteria oceniania osiągniętych efektów uczenia się	Sposób oceniania (składowe)	Próg zaliczeniowy	Składowa oceny końcowej
	test	51.0%	100.0%
Zalecana lista lektur	Podstawowa lista lektur	Wykład jest autorskim opracowaniem zagadnień dietetyki, nauki o żywieniu i fizjologii odżywiania opartym na wieloletnich studiach literatury źródłowej. Wykaz literatury A. Literatura wymagana do ostatecznego zaliczenia zajęć (zdania egzaminu): A.1. wykorzystywana podczas zajęć Jarosz M., Bułhak-Jachymczyk B. - Normy żywienia człowieka. Podstawy prewencji otyłości i chorób niezakaźnych., 2015, Warszawa. Langley-Evans S. Żywnienie. Wpływ na zdrowie człowieka., 2013, warszawa PZWL Schlenker E.D., Gilbert J. - William's Essential of Nutrition and Diet Therapy, 12th edition, 2019, St. Louis, Elsevier A.2. studiowana samodzielnie przez studenta Ciborowska H., Rudnicka A. Dietetyka. Żywnienie zdrowego i chorego człowieka., 2016, Warszawa, PZWL.	
	Uzupełniająca lista lektur	Gertig H., Przysławski J. - Bromatologia. Zarys nauki o żywności i żywieniu., 2015, Warszawa, PZWL. Peckenpaugh N. J. - Podstawy żywienia i dietoterapia. 2015, Urban & Partner. Materiały (prace pogładowe w j. angielskim i polskim) dostarczone przez prowadzącego zajęcia lub zaproponowane przez studentów	
	Adresy eZasobów	Adresy na platformie eNauczanie:	

Przykładowe zagadnienia/ przykładowe pytania/ realizowane zadania	Błonnik-funkcje w organizmie, norma, zalecenia dietetyczne. Dobroczynne efekty przerywanego głodzenia (intermittent fasting). Insulinooporność efekty w OUN i efekty obwodowe. Dieta ketogeniczna -fakty i mity. Specyfika odżywiania w wybranych chorobach autoimmunologicznych (Hashimoto, łuszczyca, RZS) Neurobiologia zespołu jelita drażliwego (rola osi mózgowo jelitowej). Diety lecznicze: DASH, FODMAP, dieta moczanowa
Praktyki zawodowe w ramach przedmiotu	Nie dotyczy

Dokument wygenerowany elektronicznie. Nie wymaga pieczęci ani podpisu.