

**SYLABUS**DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2021-2023  
(skrajne daty)

Rok akademicki 2022/2023

**1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE**

Nazwa przedmiotu	Bezpieczeństwo żywienia kobiet ciężarnych, karmiących oraz niemowląt
Kod przedmiotu*	
nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Kolegium Nauk Medycznych
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Instytut Nauk o Zdrowiu, Zakład Dietetyki
Kierunek studiów	Dietetyka
Poziom studiów	Studia II stopnia
Profil	Praktyczny
Forma studiów	Stacjonarne
Rok i semestr/y studiów	Rok II; Semestr III
Rodzaj przedmiotu	Podstawowy
Język wykładowy	Polski
Koordynator	Mgr Magdalena Zielińska
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	

\* -opcjonalnie, zgodnie z ustaleniami w Jednostce

**1.1. Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS**

Semestr (nr)	Wykł.	Ćw.	Konw.	Lab.	Sem.	ZP	Prakt.	Inne (jakie?)	Liczba pkt. ECTS
III	10	15							3

**1.2. Sposób realizacji zajęć** zajęcia w formie tradycyjnej zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość**1.3 Forma zaliczenia przedmiotu (z toku) (egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)**

WYKŁAD: ZALICZENIE

ĆWICZENIA: ZALICZENIE Z OCENĄ

## 2. WYMAGANIA WSTĘPNE

Zaliczenie przedmiotu na I stopniu studiów: Położnictwo i ginekologia z elementami żywienia ciężarnej.

## 3. CELE, EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE I STOSOWANE METODY DYDAKTYCZNE

### 3.1 Cele przedmiotu

C1	Ugruntowanie i poszerzenie wiedzy z zakresu prawidłowego i bezpiecznego żywienia kobiet ciężarnych i karmiących oraz niemowląt.
C2	Kształtowanie umiejętności prowadzenia skutecznej i bezpiecznej interwencji żywieniowej u kobiet w ciąży, karmiących oraz niemowląt.
C3	Kształtowanie postawy odpowiedzialności za bezpieczeństwo podejmowanych interwencji dietetycznych w grupie kobiet w ciąży, karmiących i niemowląt.

### 3.2 Efekty uczenia się dla przedmiotu

EK (efekt uczenia się)	Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu	Odniesienie do efektów kierunkowych <sup>1</sup>
EK_01	Zna zasady prawidłowego żywienia kobiet w ciąży, w okresie karmienia zarówno zdrowych jak i chorych oraz niemowląt.	K_W03
EK_02	Zna sposoby oceny stanu odżywienia, zapotrzebowania energetycznego w zależności etapu ciąży.	K_W10
EK_03	Rozpoznaje i opisuje zagrożenia u kobiet w ciąży, karmiących oraz niemowląt.	K_W10, K_W11
EK_04	Logicznie analizuje i planuje zalecenia żywieniowe dla kobiet ciąży, karmiących oraz u niemowląt.	K_U02
EK_05	Interpretuje związane z żywieniem zagrożenia dla zdrowia u kobiet w ciąży, karmiących oraz niemowląt i potrafi opracować założenia promocji zdrowia i profilaktyki.	K_U03
EK_06	Posiada świadomość własnych ograniczeń i odczuwa konieczności konsultowania problemów z doświadczonym specjalistą, innym niż specjalista z zakresu dietetyki.	K_Ko6

<sup>1</sup> W przypadku ścieżki kształcenia prowadzącej do uzyskania kwalifikacji nauczycielskich uwzględnić również efekty uczenia się ze standardów kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu nauczyciela.

### 3.3 Treści programowe

#### A. Problematyka wykładu

<b>Treści merytoryczne wykładów</b>
1. Bezpieczeństwo żywienia kobiet w okresie przedkoncepcyjnym, w czasie ciąży oraz karmiących. Programowanie metaboliczne i jego konsekwencje.
2. Żywienie w poszczególnych trymestrach ciąży. Przyrosty masy ciała podczas ciąży. Zapotrzebowanie na składniki pokarmowe u kobiet w ciąży, karmiących.
3. Postępowanie żywieniowe w dolegliwościach okresu ciąży (nudności, wymioty, zgaga, zaparcia).
4. Bezpieczeństwo farmakoterapii i suplementacji diety w okresie ciąży i karmienia piersią.
5. Bezpieczeństwo związane ze stosowaniem wybranych diet u kobiet w ciąży, podczas laktacji i małych dzieci.
5. Bezpieczeństwo naturalnego i sztucznego karmienia niemowląt. Ocena skuteczności żywienia naturalnego niemowląt.

B. Problematyka ćwiczeń audytoryjnych, konwersatoryjnych, laboratoryjnych, zajęć praktycznych (ZP)

<b>Treści merytoryczne ćwiczeń</b>
1. Wpływ diety na płodność - aktualny stan wiedzy.
2. Patogeny niebezpieczne w ciąży i ich źródła pokarmowe. Bezpieczeństwo przygotowywania i przechowywania żywności.
3. Przyjmowanie leków i ziół w okresie ciąży i karmienia piersią.
4. Zatrucia pokarmowe a ciąża i laktacja.
5. Wybrane choroby współistniejące z ciążą (niedokrwistość ciężarnych, cukrzyca ciążowa, cholestaza ciążowa, nadciśnienie tętnicze indukowane ciążą) - zasady żywienia.
6. Ciąża mnoga - postępowanie żywieniowe.
7. Zasady żywienia niemowląt. Aktualny schemat żywienia. Suplementacja diety noworodków i małych dzieci.

### 3.4 Metody dydaktyczne

**Wykład:** wykład konwersatoryjny, wykład z prezentacją multimedialną,

**Ćwiczenia:** analiza tekstów z dyskusją, metoda projektów (projekt badawczy, wdrożeniowy, praktyczny), praca w grupach (rozwiązywanie zadań, dyskusja)

#### 4. METODY I KRYTERIA OCENY

##### 4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

Symbol efektu	Metody oceny efektów kształcenia ( np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć)	Forma zajęć dydaktycznych ( w, ćw, ZP)
EK_o1	Zaliczenie pisemne - test wiedzy	W
EK_o2	Zaliczenie pisemne - test wiedzy	W, Ćw
EK_o3	Zaliczenie pisemne - test wiedzy	W, Ćw
EK_o4	Obserwacja opiekuna, projekt, samoocena	CW
EK_o5	Obserwacja opiekuna w czasie zajęć , projekt, ocena grupy, samoocena	ĆW
EK_o6	Obserwacja opiekuna, ocena grupy, samoocena	ĆW
EK_o7	Obserwacja opiekuna, ocena grupy, samoocena	ĆW

##### 4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

###### Warunki zaliczenia - wykłady:

Zaliczenie (zal):

1. Obecności na wykładach- 100%.
2. Uzyskanie pozytywnej oceny z zaliczenia cząstkowego i/lub końcowego w ustalonym terminie.

Brak zaliczenia (n.zal):

1. Nieobecność na wykładach – brak usprawiedliwienia.
2. Negatywna ocena z zaliczenia końcowego.

Metody weryfikacji efektów kształcenia w zakresie wiedzy: student rozpoznaje odpowiedź (krótkie strukturyzowane pytania, test jednokrotnego wyboru)

###### Zaliczenie z oceną- test wiedzy (jednokrotnego wyboru)

Kryteria oceniania

- 5.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 93%-100%
- 4.5 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 85%-92%
- 4.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 77%-84%
- 3.5 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 69%-76%
- 3.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 60%-68%
- 2.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia poniżej 60%

###### Warunki zaliczenia - ćwiczenia:

Zakres ocen: 2-5

Zaliczenie (bdb 5 - wszystkie z wymienionych kryteriów):

1. Obecności na ćwiczeniach, punktualność- 100%.
2. Uzyskanie pozytywnej oceny z zaliczenia cząstkowego i/lub końcowego w ustalonym terminie.
3. Pozytywna ocena z projektu w ustalonym terminie.

Brak zaliczenia (ocena negatywna: niedostateczna – wszystkie/ lub jedno z 4 kryteriów ):

1. Nieobecność na ćwiczeniach i brak usprawiedliwienia nieobecności, zwolnień i spóźnień,
2. Nieobecność na zaliczeniu bieżącym i/lub końcowym i brak usprawiedliwienia,
3. Negatywna ocena zaliczeń bieżących na ćwiczeniach,
4. Negatywna ocena zaliczenia końcowego projektu.

Kryteria oceny umiejętności na ćwiczeniach

5.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 93%-100%

4.5 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 85%-92%

4.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 77%-84%

3.5 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 69%-76%

3.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 60%-68%

2.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia poniżej 60%

Zakres ocen 2-5

5.0 – student bardzo aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest bardzo dobrze przygotowany, bardzo dobrze wykorzystuje wiedzę teoretyczną z zakresu prowadzenia interwencji żywieniowej u kobiet w ciąży, karmiących, niemowląt w sytuacjach nietypowych.

4.5. – student bardzo aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest dobrze przygotowany, dobrze wykorzystuje wiedzę teoretyczną w praktyce z zakresu prowadzenia interwencji żywieniowej u kobiet w ciąży, karmiących, niemowląt w sytuacjach nietypowych.

4.0 – student uczestniczy w zajęciach, jest dobrze przygotowany, dobrze wykorzystuje wiedzę teoretyczną w praktyce z zakresu prowadzenia interwencji żywieniowej u kobiet w ciąży, karmiących, niemowląt w sytuacjach nietypowych.

3.5 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest dostatecznie przygotowany, łatwo jednak nie zawsze prawidłowo wykorzystuje wiedzę teoretyczną z zakresu prowadzenia interwencji żywieniowej u kobiet w ciąży, karmiących, niemowląt w sytuacjach nietypowych.

3.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest dostatecznie przygotowany, potrafi rozwiązać zadanie i przygotować projekt na zasadzie odtworzenia czynności z pomocą, czasem popełnia błędy.

2.0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wypowiedzi są niepoprawne merytorycznie, nie rozumie zagadnień i nie wykazuje gotowości do rozwiązywania zadań i przygotowania projektu edukacyjnego w sytuacjach typowych, często popełnia błędy.

## 5. CAŁKOWITY NAKŁAD PRACY STUDENTA POTRZEBNY DO OSIĄGNIĘCIA ZAŁOŻONYCH EFEKTÓW W GODZINACH ORAZ PUNKTACH ECTS

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe wynikające z planu studiów	25 godz. (10 godz. W, 15 godz. Ćw)
Inne z udziałem nauczyciela (udział w konsultacjach, egzaminie)	5 godz. (4 godz. udział w konsultacjach, 1 godz. udział w zaliczeniu)
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	45 godz. (15 godz. przygotowanie do zajęć, 10 godz. przygotowanie do zaliczenia, 20 godz. przygotowanie projektu)
SUMA GODZIN	75
<b>SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS</b>	<b>3</b>

*\* Należy uwzględnić, że 1 pkt ECTS odpowiada 25-30 godzin całkowitego nakładu pracy studenta.*

## 6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

wymiar godzinowy	ZP- 20 godz.
zasady i formy odbywania praktyk	Zgodnie z Regulaminem Zajęć i Praktyk Zawodowych

## 7. LITERATURA

<p><b>Literatura podstawowa:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Szostak - Węgierek D: Żywnienie kobiet w ciąży i karmienia piersią. Warszawa, PZWL 2021.</li> <li>2. Bręborowicz G.H. Położnictwo i Ginekologia tom 1,2. PZWL 2017.</li> <li>3. Normy żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie, PZH, 2020.</li> <li>4. Nehrling - Gugulska: (red): Karmienie Piersią w Teorii i Praktyce. Medycyna Praktyczna 2017.</li> <li>5. Szajewska H. Horvath A.: Żywnienie i leczenie żywieniowe dzieci młodzieży. Medycyna Praktyczna 2017.</li> </ol>
<p><b>Literatura uzupełniająca:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rekomendacje Polskiego Towarzystwa Ginekologów i Położników dotyczące suplementacji u kobiet ciężarnych, Ginekologia i Perinatologia Praktyczna 2020;5(4):170-181.</li> <li>2. Postępowanie w nadciśnieniu tętniczym u kobiet w ciąży. Stanowisko Polskiego Towarzystwa Nadciśnienia Tętniczego, Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego oraz Polskiego Towarzystwa Ginekologów i Położników, Ginekologia i Perinatologia Praktyczna, 2019;4(2):43-111.</li> <li>3. Rekomendacje Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego w zakresie stosowania witamin i mikroelementów u kobiet planujących ciążę, ciężarnych, karmiących, Ginekol. Pol. 2014;85:395-399.</li> <li>4. Stanowisko Polskiego Towarzystwa Diabetologicznego. Zalecenia kliniczne dotyczące postępowania u chorych na cukrzycę 2020. Diabetologia Praktyczna, 2020.</li> <li>5. Standardy Polskiego Towarzystwa Ginekologów i Położników postępowania</li> </ol>

u kobiet z cukrzycą, Ginekologia i Perinatologia Praktyczna 2017;2(5):215–229.

6. Zasady żywienia zdrowych niemowląt. Stanowisko Polskiego Towarzystwa Gastroenterologii, Hepatologii i Żywienia Dzieci 2021.
7. James JE. Maternal caffeine consumption and pregnancy outcomes: a narrative review with implications for advice to mothers and mothers-to-be. *BMJ Evid Based Med.* 2021 Jun;26(3):114-115.

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej