

**SYLABUS**DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA: **2023/2024 – 2025/2026**

(skrajne daty)

Rok akademicki 2024/2025

**1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE**

Nazwa przedmiotu	Dietetyka
Kod przedmiotu*	NZPOP-D
nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Kolegium Nauk Medycznych
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Instytut Nauk o Zdrowiu, Zakład Dietetyki
Kierunek studiów	Pielęgniarstwo
Poziom studiów	studia pierwszego stopnia
Profil	praktyczny
Forma studiów	stacjonarne
Rok i semestr/y studiów	rok II, semestr III
Rodzaj przedmiotu	Kierunkowy; C- Nauki w zakresie podstaw opieki pielęgniarstwa
Język wykładowy	polski
Koordinator	Mgr Paulina Kut
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	Mgr Paulina Kut

\* -opcjonalnie, zgodnie z ustaleniami w Jednostce

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

Semestr (nr)	Wykład	Ćw.		Konwersatorium	Lab.		Seminarium	ZP		Praktyki	Inne (np. samokształcenie)	Liczba pkt. ECTS
		audytoryjne	laboratoryjne		laboratoria	Laboratoria CSM		Zajęcia Praktyczne	Zajęcia Praktyczne CSM			
III	10	15										1

**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)**

ZALICZENIE Z OCENĄ

## 2. WYMAGANIA WSTĘPNE

Znajomość anatomii i fizjologii przewodu pokarmowego człowieka
--

3. cele, efekty uczenia się, treści Programowe i stosowane metody Dydaktyczne

### 3.1 Cele przedmiotu

C1	Przygotowanie studenta do zinterpretowania i rozumienia wiedzy dotyczącej zasad racjonalnego odżywiania dzieci, młodzieży i dorosłych oraz określania zakresu żywienia w stanie zdrowia i choroby
----	---

### 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	Definiuje zapotrzebowanie (ilościowe i jakościowe) organizmu na składniki pokarmowe niezbędne do utrzymania życia w warunkach zdrowia i choroby.	CW.22
EK_02	Wymienia zasady żywienia osób zdrowych w różnym wieku i charakteryzuje istotę żywienia dojelitowego i pozajelitowego.	CW.23
EK_03	Zna zasady profilaktyki i leczenia dietetycznego oraz powikłania dietoterapii.	CW.24
EK_04	Zna rodzaje i zastosowanie środków spożywczych specjalnego przeznaczenia żywieniowego.	C.W.25
EK_05	Ocenia stan odżywienia organizmu z wykorzystaniem metod antropometrycznych, biochemicznych i badania Podmiotowego oraz prowadzi poradnictwo w zakresie żywienia dorosłych oraz dzieci zdrowych.	CU.35
EK_06	Stosuje wybrane diety terapeutyczne w otyłości, niedożywieniu, cukrzycy, hyperlipidemii, nadciśnieniu tętniczym, chorobach serca i naczyń krwionośnych, trzustki i wątroby.	CU.36
EK_07	Dobiera środki specjalnego przeznaczenia żywieniowego w ramach zalecenia lekarskiego oraz informuje o ich dawkowaniu/stosowaniu.	CU.37
EK_08	dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych oraz dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych	K_Ko7

<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

Treści merytoryczne
Metabolizm człowieka i energetyczność diety. Normy żywienia dla populacji Polski.
Woda jako składnik pokarmowy. Konsekwencje odwodnienia.
Rola białek, tłuszczów i węglowodanów w diecie człowieka. Konsekwencje zdrowotne nadmiaru lub niedoboru makroskładników w diecie.
Rola witamin i mikroelementów w diecie. Źródła witamin w pożywieniu. Konsekwencje nadmiaru i niedoboru witamin.
Żywienie w stanach fizjologicznych.

#### B. Problematyka ćwiczeń audytoryjnych

Treści merytoryczne
Żywienie w chorobach żołądka i jelit.
Żywienie w chorobach wątroby, trzustki i pęcherzyka żółciowego. Żywienie dojelitowe i pozajelitowe.
Żywienie w zespole metabolicznym (nadciśnienie tętnicze, miażdżyca tętnic, cukrzyca typu II, otyłość) oraz chorobach układu krążenia.
Żywienie w chorobach nerek.
Żywienie w stanach niedożywienia, wyniszczenia organizmu i chorobach nowotworowych. Żywienie w chorobach neurologicznych.
Żywienie dzieci i młodzieży.

### 3.4 Metody dydaktyczne

Wykład: wykład z prezentacją multimedialną, wykład konwersatoryjny

Ćwiczenia audytoryjne: filmy dydaktyczne, metody projektów

## 4. METODY I KRYTERIA OCENY

### 4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

Symbol efektu	Metody oceny efektów uczenia się (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć)	Forma zajęć dydaktycznych (w, ćw, ...)
EK_01	KOLOKWIMUM ZALICZENIOWE	w
EK_02	KOLOKWIMUM ZALICZENIOWE	w
EK_03	KOLOKWIMUM ZALICZENIOWE	w
EK_04	KOLOKWIMUM ZALICZENIOWE	W
EK_05	KOLOKWIMUM ZALICZENIOWE ,OBSERWACJA W TRAKCIE ZAJĘĆ	ćw.
EK_06	KOLOKWIMUM ZALICZENIOWE, OBSERWACJA W TRAKCIE ZAJĘĆ	ćw.
EK_07	KOLOKWIMUM ZALICZENIOWE OBSERWACJA W TRAKCIE ZAJĘĆ	ćw.

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

Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest uzyskanie pozytywnej oceny (minimum 3,0) z zaliczenia każdego efektu uczenia się.

##### **Wykład -zaliczenie**

Obecność na wykładach 100% (wg. listy obecności).

Kolokwium- test wiedzy jednokrotnego/wielokrotnego wyboru.

- Kryteria oceny:

- 5,0 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 93-100%
- 4,5 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 85-92%
- 4,0 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 77-84%
- 3,5 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 69-76%
- 3,0 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 60%-68%
- 2,0 – student zaliczył efekty uczenia się poniżej 60%

##### **ĆWICZENIA AUDYTORYJNE – ZALICZENIE Z OCENĄ**

Obecność na ćwiczeniach 100% (wg. listy obecności).

Kolokwium- test jednokrotnego/wielokrotnego wyboru.

- Kryteria oceny:

- 5,0 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 93-100%
- 4,5 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 85-92%
- 4,0 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 77-84%
- 3,5 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 69-76%
- 3,0 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 60%-68%
- 2,0 – student zaliczył efekty uczenia się poniżej 60%

##### **Kryteria oceny umiejętności- ocena bieżąca:**

- 5.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest dobrze przygotowany, bardzo dobrze zna zasady profilaktyki i leczenia dietetycznego oraz powikłania dietoterapii.
- 4.5 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, dobrze zna żywienie w różnych jednostkach chorobach, zasady profilaktyki i leczenia dietetycznego.
- 4.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest poprawiany, dobrze zna zasady profilaktyki i leczenia dietetycznego.
- 3.5 – student uczestniczy w zajęciach, jego zakres przygotowania nie pozwala na całościowe przedstawienie omawianego problemu, dostatecznie zna żywienie w różnych jednostkach chorobach, często jest poprawiany.
- 3.0 – student uczestniczy w zajęciach, dostatecznie zna żywienie w różnych jednostkach chorobach, jednak często popełnia błędy.
- 2.0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wypowiedzi są niepoprawne merytorycznie, nie zna żywienia w różnych jednostkach chorobach, często jest poprawiany.

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

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
<b>GODZINY KONTAKTOWE</b>	
<b>Godziny kontaktowe wynikające z harmonogramu studiów:</b>	
ZAJĘCIA TEORETYCZNE (WYKŁADY, ĆWICZENIA, ĆWICZENIA/ CSM)	25
ZAJĘCIA PRAKTYCZNE/ ZAJĘCIA PRAKTYCZNE/ CSM	
PRAKTYKA ZAWODOWA	
ĆWICZENIA KLINICZNE	
<b>Godziny kontaktowe poza harmonogramem studiów (udział w konsultacjach, zaliczeniach, egzaminie)</b>	
UDZIAŁ W KONSULTACJACH	3
UDZIAŁ W ZALICZENIACH, EGZAMINIE	2
<b>GODZINY NIEKONTAKTOWE</b>	
WYNIKAJĄCE Z HARMONOGRAMU STUDIÓW - SAMOKSZTAŁCENIE	
GODZINY NIEKONTAKTOWE – PRACA WŁASNA STUDENTA (PRZYGOTOWANIE DO ZAJĘĆ, NAPISANIE REFERATU, PRZYGOTOWANIE DO ZALICZEŃ, EGZAMINU)	5
<b>SUMA GODZIN</b>	<b>35</b>
<b>SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS</b>	<b>1</b>

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

## 6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

wymiar godzinowy	-
zasady i formy odbywania praktyk	-

## 7. LITERATURA

<p>Literatura podstawowa:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. CIBOROWSKA H., CIBOROWSKI A.: DIETETYKA: ŻYWIENIE ZDROWEGO I CHOREGO CZŁOWIEKA. WYDAWNICTWO LEKARSKIE PZWL, WARSZAWA 2020.</li> <li>2. KUNACHOWICZ H., NADOLNA J., PRZYGODA B., IWANOW K.: WARTOŚĆ ODŻYWCZA WYBRANYCH PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH I TYPOWYCH POTRAW. WYDAWNICTWO LEKARSKIE PZWL, WARSZAWA 2012.</li> <li>3. GRZYMISŁAWSKI M., GAWĘCKI J.: ŻYWIENIE CZŁOWIEKA ZDROWEGO I CHOREGO, TOM 2. WYDAWNICTWO NAUKOWE PWN, WARSZAWA 2012.</li> <li>4. MARIAN GRZYMISŁAWSKI (RED.). DIETETYKA KLINICZNA. PZWL WYDAWNICTWO LEKARSKIE, WARSZAWA 2019.</li> </ol>
<p>Literatura uzupełniająca:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. CIBOROWSKA H., RUDNICKA A.: DIETETYKA: ŻYWIENIE ZDROWEGO I CHOREGO CZŁOWIEKA. WYDAWNICTWO LEKARSKIE PZWL, WARSZAWA 2018.</li> <li>2. GAWĘCKI J.: ŻYWIENIE CZŁOWIEKA. PODSTAWY NAUKI O ŻYWIENIU. WYDAWNICTWO NAUKOWE PWN, WARSZAWA 2017.</li> <li>3. NORMY ŻYWIENIA DLA POPULACJI POLSKI I ICH ZASTOSOWANIE, PZH, 2020.</li> <li>4. KUNACHOWICZ H., NADOLNA J., PRZYGODA B., IWANOW K.: WARTOŚĆ ODŻYWCZA WYBRANYCH PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH I TYPOWYCH POTRAW. WYDAWNICTWO LEKARSKIE PZWL,</li> </ol>

WARSZAWA 2015.

5. GRZYMISŁAWSKI M., GAWĘCKI J.: ŻYWIENIE CZŁOWIEKA ZDROWEGO I CHOREGO, TOM 2. WYDAWNICTWO NAUKOWE PWN, WARSZAWA 2019.
6. MARIAN GRZYMISŁAWSKI (RED.). DIETETYKA KLINICZNA. PZWL WYDAWNICTWO LEKARSKIE, WARSZAWA 2019.
7. CHEVALLIER L : 51 ZALECEŃ DIETETYCZNYCH W WYBRANYCH STANACH CHOROBYCH. WYD. ELSERVIER URBAN & PARTNER, WROCŁAW 2010.
8. SZOSTAK –WĘGIEREK D: ŻYWIENIE KOBIET W CIAŻY . WARSZAWA, PZWL 2015,7-60
9. NEHRLING –GUGULSKA: (RED): KARMIEŃ PIERSIĄ W TEORII I PRAKTYCE. MEDYCYNĄ PRAKTYCZNA 2017.
10. MAKAROWSKA M., MUSIAŁOWSKA D.: INSULINOOPORNOŚĆ W POLSKIEJ KUCHNI. JK, ŁÓDŹ 2018
11. LAUGHIN A.: WĄTROBA : PROFILAKTYKA, CHOROBY, ŻYWIENIE, DIETA. WYDAWNICTWO ASTRUM, WROCŁAW 2012.
12. TATOŃ J., CZECH A., IDASZAK D.: ŻYWIENIE W CUKRZYCY. WYDAWNICTWO LEKARSKIE PZWL, WARSZAWA 2010.
13. WIECZOREK-CHEŁMIŃSKA Z.: ŻYWIENIE W CHOROBYCH NEREK. WYDAWNICTWO LEKARSKIE PZWL, WARSZAWA 2010.

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej