

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2022/2023
FORMA STUDIÓW: STACJONARNA

INFORMACJE OGÓLNE

1. Nazwa przedmiotu Podstawy dietetyki i dietoterapia

2. Nazwa kierunku Dietetyka

3. Poziom studiów studia pierwszego stopnia

4. Liczba punktów ECTS 4

5. Liczba godzin w semestrze

semestr	w	ćw	lab	prj/zp	pws	prk
III	30		30			

6. Język wykładowy polski

7. Wykładowca Agnieszka Panasiuk, mgr

INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE

8. Wymagania wstępne

Wiedza z zakresu żywienia człowieka

9. Cele przedmiotu

C1 Zapoznanie studenta z podstawową klasyfikacją diet, ich założeniami i zastosowaniem

C2 Wykształcenie umiejętności formułowania zaleceń dietetycznych na podstawie współwystępujących chorób i dolegliwości u pacjenta

10. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych

Student, który zaliczył przedmiot:

odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się

WIEDZA

EU01	zna klasyfikację i charakterystykę różnych diet oraz rozumie zasadność stosowania poszczególnych z nich w określonych jednostkach chorobowych	K_W01, K_W02, K_W04, K_W21
------	---	----------------------------

EU02	zna etiologię jednostek chorobowych związanych z omawianymi rodzajami diet	K_W03, K_W22
------	--	--------------

UMIEJĘTNOŚCI

EU03	potrafi dobrać odpowiednią dietę leczniczą do schorzenia	K_U05, K_U12
------	--	--------------

EU04	potrafi opracować zalecenia dietetyczne z uwzględnieniem właściwego doboru produktów oraz technik sporządzania potraw w zależności od rodzaju diety	K_U01, K_U02, K_U11
------	---	---------------------

KOMPETENCJE SPOŁECZNE

EU05	jest gotów do kontynuowania nauki przez całe życie zawodowe w celu stałego uaktualniania wiedzy i umiejętności zawodowych	K_K03
------	---	-------

EU06	jest gotów do wdrażania zaleceń dietetycznych dla pacjentów	K_K07, K_K10
------	---	--------------

11. Treści programowe

Forma zajęć – wykłady/ laboratoria

WYKŁADY:

1. Wprowadzenie. Cele żywienia dietetycznego, ogólna klasyfikacja diet, rodzaje diet leczniczych. Dieta podstawowa
2. Dieta łatwostrawna. Dobór produktów i technik kulinarnych, wskazania do stosowania. Charakterystyka diety łatwostrawnej o zmienionej konsystencji
3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego. Dobór produktów i technik kulinarnych, wskazania do stosowania
4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów. Dobór produktów i technik kulinarnych. Wskazania do stosowania
5. Dieta bogatoresztkowa. Założenia diety, dobór produktów oraz technik kulinarnych, wskazania do stosowania
6. Dieta ubogoenergetyczna. Zapotrzebowanie na energię w diecie o zmniejszonej kaloryczności. Zasady planowania i bilansowania diety ubogoenergetycznej
7. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych. Indeks i ładunek glikemiczny. Zasady żywienia w cukrzycy, dobór produktów i technik kulinarnych
8. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych. Wpływ żywienia na profil lipidowy. Zasady planowania diety w chorobach układu krążenia, dobór produktów i technik kulinarnych
9. Dieta niskobiałkowa. Wskazania do stosowania. Omówienie założeń diety
10. Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa. Wskazania do stosowania, omówienie założeń diety
11. Dieta ubogopurynowa – produkty dozwolone i przeciwwskazane. Zasady planowania diety u pacjenta z dną moczanową
12. Diety eliminacyjne – dieta bezglutenowa. Zastosowanie, produkty dozwolone i przeciwwskazane.
13. Żywienie w alergiach i nietolerancjach pokarmowych. Diety eliminacyjne – dieta bezmleczna, dieta bezlaktozowa. Różnicowanie i charakterystyka diet, ich zastosowanie
14. Diety roślinne. Charakterystyka, zasady bilansowania, wady i zalety diet wegetariańskich oraz wegańskiej

LABORATORIA:

1. Podstawy planowania żywienia – ustalanie zapotrzebowania na energię i składniki odżywcze
2. Dieta podstawowa – ustalanie zapotrzebowania na energię oraz makroskładniki w diecie podstawowej. Zasady racjonalnego odżywiania – formułowanie ogólnych zaleceń dietetycznych
3. Dieta łatwostrawna – porównywanie zawartości błonnika pokarmowego w wybranych produktach. Opracowywanie przykładowego jadłospisu spełniającego założenia diety
4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego – układanie przykładowego jadłospisu spełniającego założenia diety
5. Dieta bogatoresztkowa – opracowywanie ogólnych zaleceń oraz przykładowego jadłospisu dla pacjenta z zaparciami – dobór odpowiednich produktów oraz technik kulinarnych
6. Ustalanie zapotrzebowania na energię oraz makroskładniki w diecie redukcyjnej, opracowywanie przykładowego jadłospisu
7. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych – opracowywanie przykładowego jadłospisu dla osoby chorującej na cukrzycę. Analiza produktów pod kątem wartości IG i ŁG
8. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych – analiza wybranych produktów pod kątem zawartości poszczególnych kwasów tłuszczowych; opracowywanie przykładowego jadłospisu w oparciu o założenia omawianej diety
9. Ustalanie zapotrzebowania na białko i pozostałe składniki odżywcze w diecie nisko- oraz bogatobiałkowej. Opracowywanie przykładowego jadłospisu
10. Dieta ubogopurynowa – analiza produktów pod kątem zawartości puryn. Opracowywanie przykładowego jadłospisu dla pacjenta z dną moczanową

11. Analiza rynku produktów bezglutenowych. Bilansowanie jadłospisu dla osoby z celiakią 12. Dieta bezmleczna – formułowanie zaleceń dotyczących spożycia wapnia, wyszukiwanie jego źródeł w diecie, układanie jadłospisu spełniającego założenia diety bezmlecznej i/lub bezlaktozowej 13. Porównanie i charakterystyka poszczególnych diet wegetariańskich. Bilansowanie diet roślinnych 14. Zaliczenie przedmiotu	
12. Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. Wykład informacyjny, prezentacja multimedialna	
2. Praca w grupach zadaniowych	
3. Dyskusja, burza mózgów	
4. Ćwiczenia z wykorzystaniem tabel składu i wartości odżywczej żywności, materiałów źródłowych	
5. Opracowywanie zaleceń dietetycznych i przykładowych jadłospisów	
13. Sposoby oceny (częstkowe, końcowe)	
F1. Obserwacja pracy na ćwiczeniach	
F2. Aktywność na zajęciach	
F3. Sprawozdania z wykonywanych zadań	
P1. Egzamin pisemny	
14. Obciążenie pracą studenta	
Forma aktywności	liczba godzin
1. Zajęcia z bezpośrednim udziałem nauczyciela oraz konsultacje	70
2. Nakład pracy studenta	30
suma	100
liczba punktów ECTS	4
15. Literatura	
Literatura podstawowa:	
1. Ciborowska H., Ciborowski A., Dietetyka: żywienie zdrowego i chorego człowieka. Wydawnictwo PZWL, Warszawa 2022	
2. Grzymisławski M., Moszak M. (red.), Żywnienie człowieka zdrowego i chorego. T.2. Wydawnictwo PWN, Warszawa 2022	
3. Lange E., Włodarek D. (red.), Współczesna dietoterapia. Wydawnictwo PZWL, Warszawa 2023	
Literatura uzupełniająca:	
1. Dronka-Skrzypczak J., Dieta eliminacyjna. Wydawnictwo PZWL, Warszawa 2020	
2. Kibil I., Wege rodzina: dieta roślinna. Wydawnictwo PZWL, Warszawa 2019	
3. Schlenker ED., Gilbert J., Williams' essentials of nutrition and diet. Elsevier, 2019	
16. Formy oceny – szczegóły	
Przedmiot kończy się egzaminem.	
<u>Warunkiem zaliczenia laboratoriów jest:</u>	
- przygotowanie przez studenta sprawozdań z każdego z laboratoriów	
- student może uzyskać oceny częściowe za aktywny udział w zajęciach (obserwacja zaangażowania podczas zajęć)	
Ocenę końcową z laboratoriów stanowi średnia arytmetyczna z wszystkich uzyskanych ocen.	
<u>Podstawą zaliczenia wykładów</u> jest pozytywna ocena z egzaminu, obejmującego treści programowe wykładów i laboratoriów. Test wielokrotnego wyboru z jedną poprawną odpowiedzią, 40 pytań, czas trwania 60 min. Warunkiem uzyskania oceny pozytywnej jest uzyskanie 50% maksymalnej liczby punktów. Każda dobra odpowiedź to 1 pkt. Maksymalnie można zdobyć 40 pkt, minimalnie na ocenę pozytywną 20 pkt.	
0 – 19 pkt – niedostateczny (2,0)	
20 – 24 pkt – dostateczny (3,0)	
25 – 28 pkt – dostateczny plus (3,5)	
29 – 32 pkt – dobry (4,0)	
33 – 36 – dobry plus (4,5)	
37 – 40 – bardzo dobry (5,0)	

17. Inne przydatne informacje o przedmiocie	
1.	Bezpośrednich informacji o problematyce zajęć i treściach programowych udziela Prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji
2.	Zajęcia odbywać się będą w Akademii Białskiej im. Jana Pawła II w Białej Podlaskiej
3.	Zajęcia odbywać się będą zgodnie z aktualnym planem zajęć
4.	Konsultacje odbywać się będą zgodnie z obowiązującym terminarzem