



Żywnie człowieka

1. METRYCZKA	
Rok akademicki	2022/2023
Wydział	Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Dietetyka
Dyscyplina wiodąca (zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra MSW z 26 lipca 2019)	Nauki o zdrowiu
Profil studiów (ogólnoakademicki/praktyczny)	Praktyczny
Poziom kształcenia	II stopień
Forma studiów (stacjonarne/niestacjonarne)	Stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu (obowiązkowy/fakultatywny)	Obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się (egzamin/zaliczenie)	Egzamin
Jednostka prowadząca, adres	Zakład Żywnienia Człowieka, ul. Erazma Ciołka 27, 01-445 Warszawa tel./faks: (0-22) 836 09 13, e-mail: zzc@wum.edu.pl

Kierownik jednostki	dr hab. inż. Iwona Traczyk
Koordynator przedmiotu (tytuł, imię, nazwisko, kontakt)	dr hab. inż. Iwona Traczyk, iwona.traczyk@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus	dr hab. inż. Iwona Traczyk, iwona.traczyk@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	dr hab. inż. Iwona Traczyk

2. INFORMACJE PODSTAWOWE			
Rok i semestr studiów	I rok, 2semestr	Liczba punktów ECTS	5
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ		Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim			
wykład (W)		30	1,2
seminarium (S)		20	0,8
ćwiczenia (C)		-	
e-learning (e-L)			
zajęcia praktyczne (ZP)			
praktyka zawodowa (PZ)			
Samodzielna praca studenta		75	3
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń			
3. CELE KSZTAŁCENIA			
C1.	Pogłębienie wiedzy nt wartości odżywczej żywności.		
C2.	Pogłębienie wiedzy nt. funkcji witamin i składników mineralnych.		
C3.	Zapoznanie studentów z elementami nutrigenetyki.		
C4.	Zwrócenie uwagi studentów na nowe składniki żywności.		
C5.	Pogłębienie wiedzy na temat baz wartości odżywczych żywności i norm żywienia oraz możliwości ich wykorzystania.		

4. EFEKTY UCZENIA SIĘ	
Numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
Wiedzy — Absolwent zna i rozumie:	
E_W03	Definiuje i rozpoznaje problemy żywieniowe pacjenta i uwzględnia je w planowaniu odpowiedniego postępowania dietetycznego opartego na najlepszych, dostępnych dowodach naukowych.

E_W06	Wyjaśnia procesy trawienia i wchłaniania oraz przemiany składników pokarmowych.
E_W18	Wyjaśnia znaczenie i rolę prozdrowotną wybranych składników odżywczych oraz różnych grup produktów spożywczych.
E_W71	Potrafi omówić znaczenie polimorfizmu genetycznego populacji ludzkiej dla oceny odpowiedzi metabolicznej na składniki diety.

Umiejętności — Absolwent potrafi:

E_U32	Oblicza wartość odżywczą pożywienia na podstawie tabel wartości odżywczej produktów spożywczych i typowych potraw, programów komputerowych.
--------------	---

Kompetencji społecznych — Absolwent jest gotów do:

E_K01	Posiada świadomość ograniczeń swojej wiedzy.
E_K06	Jest zainteresowany wpływem sposobu żywienia na przebieg procesów metabolicznych i zdaje sobie sprawę zasadności wykorzystywania tych uwarunkowań w planowaniu postępowania dietetycznego u pacjentów.
E_K17	Przestrzega zasad racjonalnego żywienia w planowaniu diet dla pacjentów, dbając o ich zdrowie.
E_K39	Jest świadomy własnych ograniczeń i wie, kiedy zwrócić się do ekspertów.
E_K45	Demonstruje postawę promującą zdrowie i aktywność fizyczną.

5. ZAJĘCIA

Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
Wykłady		
W1	Wprowadzenie do żywienia człowieka	E_W03
W2	Gospodarka energetyczna	E_W06
W3	Metabolizm węglowodanów	E_W06, E_W18, E_K06
W4	Transport i metabolizm tłuszczów	E_W06, E_W18, E_K06
W5	Metabolizm białek i aminokwasów	E_W06, E_W18, E_K06
W6	Funkcje składników mineralnych w organizmie człowieka	E_W06, E_W18, E_K06
W7	Witaminy z grupy B w metabolizmie składników odżywczych	E_W06, E_W18, E_K06
W8	Witaminy antyoksydacyjne rola i znaczenie	E_W06, E_W18, E_K06
W9	Wpływ żywienia na mechanizmy odpowiedzi immunologicznej	E_W03, E_K06
W10	Podstawy nutrigenetyki	E_W71, E_K06
W11	Nowa żywność w żywieniu człowieka	E_W18, E_K39
W12	Rola i znaczenie wybranych grup żywności/dodatków w żywieniu człowieka	E_W03, E_W06, E_W18, E_K17
W13	Normy żywienia i tabele wartości odżywczych żywności	E_W06, E_W18, E_K17, EU32
W14	Produkcyjne zalecenia żywieniowe w Polsce i na świecie	E_W06, E_W18, E_K17
W15	Prawidłowe żywienie i aktywność fizyczna - filary zdrowia	E_W03, E_06, E_K45

Seminaria		
S1	Izomery trans kwasów tłuszczowych (naturalne i powstające podczas przetwarzania żywności)	E_W03, E_W06, E_W18, E_K06, E_K17
S2	Substancje antyodżywcze w żywności	E_W03, E_W06, E_W18, E_K06, E_K17
S3	Gospodarka wodno-elektrolitowa	E_W03, E_W06, E_W18, E_K06, E_K17
S4	Błonnik pokarmowy	E_W03, E_W06, E_W18, E_K06, E_K17
S5	Witaminy - praca z artykułami naukowymi	E_W03, E_W06, E_W18, E_K06, E_K17
S6	Rola i znaczenie witaminy D, K i wapnia w żywieniu człowieka	E_W03, E_W06, E_W18, E_K06, E_K17
S7	Składniki mineralne praca z artykułami naukowymi	E_W03, E_W06, E_W18, E_K06, E_K17
S8	Gęstość energetyczna i odżywcza diety	E_W03, E_W06, E_K06, E_K17
S9	Programy komputerowe do planowania i oceny żywienia w opinii studentów	E_U32, E_K01, E_K39, E_K45
S10	Wyzwania przed żywieniem człowieka w opinii studentów - dyskusja	E_W03, E_K01, E_K06, E_K39, E_K45
6. LITERATURA		
Obowiązkowa		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Appelton A., Vanbergen O. Metabolizm i żywienie. Edra Urban & Partner, Wrocław, 2017 2. Langley-Evans S. Żywienie. (red. wyd. polskiego Jarosz M.), Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2014 3. Poniewierka E. (red). Dietetyka oparta na dowodach. MedPharm Polska, 2016 4. Jarosz M. (red): Normy żywienia człowieka 2018. https://ncez.pl/upload/normy-net-1.pdf 5. Kunachowicz H., i in.: Tabele składu i wartości odżywczej żywności. PZWL, Warszawa 2017 6. Kibil, I., Wege. Dieta Roślinna w praktyce. 2018, Waszawa. 		
Uzupełniająca		
1. Gibney MJ, et al. Introduction to human nutrition. Second edition. Wiley-Blackwell, 2010		
7. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ		
Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
Np. A. wg A.UI, KI	Pole definiuje metody wykorzystywane do oceniania studentów, np. kartkówka, kolokwium, raport z ćwiczeń itp.	Np. próg zaliczeniowy
E_W03, E_W06, E_W18, E_K01, E_K06, E_K17, E_K39, E_K45, E_U32.	Przedstawienie przygotowanej w zespole prezentacji na wybrany temat (spośród tematów seminarium)	Wysłuchanie w grupie seminaryjnej, dyskusja

E_W03, E_W06, E_W18, E_W71, E_K06, E_K17, E_K39, E_K45, U32	Uzyskanie pozytywnego wyniku na egzaminie końcowym (test)	Uzyskanie co najmniej 65% możliwych do uzyskania pkt.
---	---	---

8. **INFORMACJE DODATKOWE (informacje istotne z punktu widzenia nauczyciele niezawarte w pozostałej części sylabusu, np. czy przedmiot jest powiązany z badaniami naukowymi, szczegółowy opis egzaminu, informacje o kole naukowym)**

W ramach samokształcenia student zostanie poproszony o przygotowanie w zespole prezentacji dotyczącej tematyki seminarium i zaprezentowanie jej podczas zajęć.

Student zostanie poproszony o przygotowanie się do zajęć na poszczególne seminaria, w stopniu umożliwiającym udział w dyskusji.

Egzamin testowy, pytania zamknięte i półotwarte