



Żywność specjalna i funkcjonalna

1. METRYCZKA	
Rok akademicki	2021/2022
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)	ogólnoakademicki
Poziom kształcenia (I stopnia/II stopnia/ jednolite magisterskie)	II stopnia
Forma studiów (stacjonarne/niestacjonarne)	stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu (obowiązkowy/fakultatywny)	obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się (egzamin/zaliczenie)	egzamin

Jednostka/jednostki prowadząca/e (oraz adres/yjednostki/jednostek)	Zakład Żywienia Człowieka ul. Erazma Ciołka 27 01-445 Warszawa
--	--

Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	dr hab. Iwona Traczyk
Koordinator przedmiotu (tytuł, imię, nazwisko, kontakt)	dr Magdalena Zegan magdalena.zegan@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus (imię, nazwisko oraz kontakt do osoby, której należy zgłaszać uwagi dotyczące sylabusu)	dr Magdalena Zegan magdalena.zegan@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	dr Magdalena Zegan dr Ewa Michota-Katulska

2. INFORMACJE PODSTAWOWE

Rok i semestr studiów	I mgr, semestr zimowy	Liczba punktów ECTS	5	I mgr, semestr zimowy
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ		Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS	
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim				
wykład (W)		20		
seminarium (S)		30		
ćwiczenia (C)				
e-learning (e-L)				
zajęcia praktyczne (ZP)				
praktyka zawodowa (PZ)				
Samodzielna praca studenta				
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń		20		

3. CELE KSZTAŁCENIA

C1	Dostarczenie wiedzy z zakresu różnych grup produktów spożywczych zaliczanych do żywności specjalnej (żywność wygodna, tradycyjna, ekologiczna, GMO, bezglutenowa)
----	---

C2	Dostarczenie wiedzy z zakresu wybranych grup żywności funkcjonalnej oraz składników bioaktywnych obecnych naturalnie lub celowo do niej dodawanych
C3	Nabywanie umiejętności ustalania wskazania do wspomagania żywieniowego z wykorzystaniem różnych grup żywności funkcjonalnej
C4	Nabywanie umiejętności ustalania wskazania do wspomagania żywieniowego z wykorzystaniem wybranych grup żywności specjalnej

4. EFEKTY UCZENIA SIĘ	
Numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
Wiedzy — Absolwent zna i rozumie:	
W1	charakterystykę żywności funkcjonalnej, rolę i potencjalne zastosowanie różnych jej grup
W2	różne składniki bioaktywne obecne naturalnie lub celowo dodawane do żywności
W3	zagadnienia związane z żywnością wygodną
W4	rolę i zastosowanie wybranych grup żywności specjalnej
W5	różne grupy produktów zaliczanych do żywności specjalnej (w tym m.in.: bezglutenowej, tradycyjnej i regionalnej, ekologicznej i GMO), zalety i potencjalne zagrożenia związane z tą żywnością
Umiejętności — Absolwent potrafi:	
U1	wymienić cechy charakterystyczne, podział żywności funkcjonalnej oraz konsekwencje dla zdrowia związane ze spożywaniem jej wybranych grup
U2	scharakteryzować żywność wzbogacaną, wymagania związane z jej znakowaniem, korzyści i zagrożenia wynikające z jej spożywania
U3	rozdzielić i objaśnić rolę składników bioaktywnych obecnych naturalnie lub celowo dodawanych do żywności, określić znaczenie dla zdrowia spożycia konkretnych grup żywności jako efekt obecnych w niej składników
U4	scharakteryzować produkty typowe dla żywności wygodnej, korzyści i zagrożenia wynikające z jej spożywania w aspekcie zdrowia
U5	scharakteryzować żywność bezglutenową, konsekwencje jej spożywania dla zdrowia
U6	przybliżyć charakterystykę żywności tradycyjnej i regionalnej
U7	wskazać zalety i wady, w aspekcie zdrowotnym, żywności ekologicznej, zasady jej produkcji i znakowania
U8	określić metody wytwarzania, sposób znakowania oraz korzyści i zagrożenia żywności GMO
Kompetencji społecznych — Absolwent jest gotów do:	
K1	podjęcia decyzji o celowości uzupełnienia diety o wybrane grupy żywności funkcjonalnej adekwatne do grup ludności dla których są przeznaczone
K2	podjęcia decyzji o celowości uzupełnienia diety o wybrane grupy żywności specjalnej

5. ZAJĘCIA		
Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
Wykłady		
1	Żywność funkcjonalna	W1,W2, U1,U2, K1,K2
2	Żywność funkcjonalna. Żywność wzbogacana i naturalnie bogata w składniki bioaktywne – fitosterole	W1,W2,U1, U2, U3, K1,K2
3	Żywność funkcjonalna. Żywność wzbogacana i naturalnie bogata w składniki bioaktywne - błonnik pokarmowy, beta-glukan	W1,W2,U1, U2, U3, K1,K2
4	Żywność wpływająca na nastrój i wydajność psychofizyczną (m.in. kawa - kofeina, guarana, inozytol, tauryna, Fe);	W1,W2,W4,U1, U2, U3, K1,K2
5	Żywność specjalna czyli tzw. super foods	W2,W4, U3, K1,K2
6	Żywność wygodna	W3,U4, K2
7	Żywność bezglutenowa	W5,U5, K2
8	Żywność tradycyjna i regionalna	W5,U6, K2
9	Żywność ekologiczna	W5,U7, K2
10	GMO	W5,U8, K2
Seminaria		
1	Żywność funkcjonalna w świetle oświadczeń	W1,U1,K1
2	Wzbogacanie jako jedna z metod otrzymywania żywności funkcjonalnej – korzyści i zagrożenia związane z jej spożywaniem	W1,W2, W4, U2,U3, K1, K2
3	Potencjalne znaczenie produktów bogatych w bioaktywne składniki żywności w prewencji wybranych chorób	W1,W2, U1,U2,U3,K1
4	Żywność funkcjonalna w diecie osób starszych	W1,W2,W4,U1,U2,U3,K1,K2
5	Żywność wpływająca na nastrój i wydajność psychofizyczną	W1,W2,W4,U1,U2,U3,K1,K2
6	Żywność specjalna – super foods	W2,U3,K2
7	Żywność wygodna	W3,U4,K2
8	Żywność bezglutenowa	W1,W4,W5,U5,K2
9	Żywność tradycyjna/regionalna	W4,W5,U6,K2
10	Oleje produkty obfitujące w składniki bioaktywne	W1,W2,W4,U3,K1,K2
6. LITERATURA		
Obowiązkowa		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Świdorski F. (red.), Żywność wygodna i żywność funkcjonalna, Wyd. Naukowo-Techniczne, Warszawa 2020 2. Czapski J., Górecka D. (red) Żywność prozdrowotna – składniki i technologia, Wyd. UP, Poznań 2015 3. Gertig H., Przystawski J., Bromatologia. Zarys nauki o żywności i żywieniu, Wyd. Lekarskie PZWL, Warszawa 2006 4. Grajka W. (red.), Przeciwnutleniające w żywności, Wyd. Naukowo-Techniczne, Warszawa 2007 		

5. Jeznach M. (red.), Stan i perspektywy rozwoju żywności funkcjonalnej, Wyd. SGGW, Warszawa 2003		
Uzupełniająca		
7. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ		
Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
W1 ,W2, W3, W4, W5, U1, U2, U3, U4, U5, U6, U7, U8	Egzamin pisemny (pytania testowe, jednokrotnego wyboru)	Zdobycie minimum 65% punktów
W1 ,W2, W3, W4, W5, U1, U2, U3, U4, U5, U6, U7, U8, K1, K2	Prace przygotowywane podczas seminariów	Zdobycie minimum 60% punktów

8. I NFORMACJE 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)