

SYLABUS PRZEDMIOTU: DIETETYKA

I. Informacje ogólne

Jednostka organizacyjna	Wydział Rehabilitacji Katedra Pielęgniarstwa
Nazwa przedmiotu	Dietetyka
Kod przedmiotu	1DIET
Język wykładowy	polski
Rodzaj modułu kształcenia (obowiązkowy/fakultatywny)	Obowiązkowy
Poziom modułu kształcenia (np. pierwszego lub drugiego stopnia)	I stopnia
Rok studiów	II
Semestr	III
Formy kształcenia/Liczba godzin	Wykłady -15 godz. Samokształcenie – 15 godz.
Liczba punktów ECTS	1 ECTS
Imiona i nazwiska wykładowców	Dr n med. Ewa Kądalska
Program (programy) studiów, w którym realizowany jest przedmiot	pielęgniarstwo
Sposób realizacji zajęć (stacjonarny, uczenie się na odległość)	stacjonarny
Wymaganie wstępne i dodatkowe	Wymagania wstępne Przed przystąpieniem do modułu student posiada wiedzę z zakresu: Anatomii: ✓ Znajomość budowy organizmu ludzkiego, funkcjonowania układów i narządów, ✓ Posługiwanie się wiedzą anatomiczną w wykonywaniu czynności zawodowych; Fizjologii: ✓ Znajomość fizjologii organizmu człowieka, ✓ Znajomość mechanizmów fizjologicznych w tym termoregulacji, równowagi elektrolitowej, kwasowo – zasadowej, Patologii: ✓ Znajomość patomechanizmu podstawowych chorób; ✓ Rozpoznawanie podstawowych zaburzeń patofizjologicznych zachodzących w organizmie ludzkim, Podstawy Pielęgniarstwa: ✓ Rozpoznawanie potrzeb zdrowotnych pacjenta

II. Informacje szczegółowe

Cele przedmiotu

C1	Zapoznanie studenta z zasadami leczenia dietetycznego
C2	Kształtowanie umiejętności diagnostycznych, edukacyjnych w ramach wykonywanych funkcji zawodowych
C3	Zapoznanie studenta z problemami zdrowotnymi osób wymagających leczenia dietetycznego
C4	Przygotowanie studenta do świadczenia opieki nad chorym zgodnie z zasadami etyki

Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych dla przedmiotu

Efekt kształcenia	Treść efektu kształcenia dla przedmiotu	Odniesienie do celów
W zakresie wiedzy absolwent zna i rozumie		
C.W22	Zna i rozumie zapotrzebowanie organizmu na składniki pokarmowe;	C2, C3
C.W23	Zna i rozumie zasady żywienia osób zdrowych i chorych w różnym wieku oraz żywienia dojelitowego i pozajelitowego;	C1, C2, C3
C.W24	Zna i rozumie zasady leczenia dietetycznego i powikłania dietoterapii;	C1, C2, C3
C.W25	Zna i rozumie rodzaje i zastosowanie środków spożywczych specjalnego przeznaczenia żywieniowego;	C1, C2, C3
W zakresie umiejętności absolwent potrafi		
C.U35	Potrafi oceniać stan odżywienia organizmu z wykorzystaniem metod antropometrycznych, biochemicznych i badania podmiotowego oraz prowadzić poradnictwo w zakresie żywienia;	C2, C3, C4
C.U36	Potrafi stosować diety terapeutyczne w wybranych schorzeniach;	C2, C3, C4
C.U37	Potrafi dobierać środki spożywcze specjalnego przeznaczenia żywieniowego i wystawiać na nie recepty w ramach realizacji zleceń lekarskich oraz udzielać informacji na temat ich stosowania;	C2, C3, C4
W zakresie kompetencji społecznych absolwent jest gotów do:		
C.K1	Kierowania się dobrem pacjenta, poszanowania godności i autonomii osób powierzonych opiece, okazywania zrozumienia dla różnic światopoglądowych i kulturowych oraz empatii w relacji z pacjentem i jego rodziną	C1, C2, C3, C4
C.K2	Przestrzegania praw pacjenta	C1, C2, C3, C4
C.K3	Samodzielnego i rzetelnego wykonywania zawodu zgodnie z zasadami etyki, w tym przestrzegania wartości i powinności moralnych w opiece nad pacjentem	C1, C2, C3, C4
C.K4	Ponoszenia odpowiedzialności za wykonywane czynności zawodowe	C1, C2, C3, C4
C.K5	Zasięgania opinii ekspertów w przypadku trudności z samodzielnym rozwiązaniem problemu	C1, C2, C3, C4
C.K6	Przewidywania i uwzględniania czynników wpływających na reakcje własne i pacjenta	C1, C2, C3, C4

Treści programowe kształcenia

Treści programowe	Tytuł wykładu, seminarium, ćwiczeń	Odniesienie do efektów uczenia się
Wykłady:		
TK1, TK2	1. Procesy energetyczne i gospodarka wodna w organizmie. 2. Składniki odżywcze (węglowodany, tłuszcze, białka, witaminy, składniki mineralne, mikro i makropierwiastki) i ich znaczenie w żywieniu.	C.W22, C.K1-C.K6
TK3, TK4	3. Prawidłowe żywienie osób dorosłych, osób w starszym wieku i dzieci. 4. Zwyczaje i nawyki żywieniowe Polaków. Najczęściej popełniane błędy żywieniowe.	C.W23, C.K1-C.K6
TK5, TK6	5. Metody oceny stanu odżywienia i sposobu żywienia. Narzędzia oceny stanu odżywienia skale NRS 2002, SGA, MNA. Badanie podmiotowe, antropometryczne i badania biochemiczne w ocenie stanu odżywienia. Analiza składu ciała i DEXA w ocenie stanu odżywienia Zaburzenia stanu odżywienia: niedożywienie i przeżywanie. 6. Niedożywienie i jego następstwa.	C.W24, C.U35, C.K1-C.K6
TK7, TK8	7. Zasady żywienia dojelitowego i pozajelitowego: żywienie przez zgłębnik dożołądkowy, dojelitowy, PEG. 8. Żywienie pozajelitowe zasady przygotowania worków żywieniowych według receptury oraz worków RTU. Powikłania żywienia pozajelitowego: metaboliczne, septyczne.	C.W24, CW25, C.K1-C.K6
TK9 – TK18	9. Elementy żywienia dietetycznego – rodzaje diet. 10. Żywienie dietetyczne w chorobach układu pokarmowego (GERD, dyspepsja, IBS, biegunka infekcyjna, pozostałe zaburzenia trawienia i wchłaniania). 11. Żywienie dietetyczne w chorobach układu sercowo-naczyniowego (dieta w miażdżycy, nadciśnieniu tętniczym, niewydolności serca). 12. Żywienie dietetyczne w chorobach nerek, ze szczególnym uwzględnieniem PCHN. 13. Żywienie dietetyczne w cukrzycy, otyłości i innych chorobach metabolicznych. Dieta redukcyjna. Dieta z niskim indeksem glikemicznym. 14. Żywienie dietetyczne w chorobach neurologicznych, w tym w chorobie Alzheimer, Parkinsona, żywienie chorych po udarze mózgu. 15. Żywienie dietetyczne w chorobach nowotworowych i kacheksji. 16. Żywienie chorych reumatycznie i chorych ze zwiększonym katabolizmem. 17. Środki spożywcze specjalnego przeznaczenia żywieniowego. 18. Interakcja leków z żywnością.	C.W24, CU36, C.U37, C.K1-C.K6
TK19	19. Udział pielęgniarki w leczeniu żywieniowym.	C.W24, C.W25, C.K1-C.K6
Samokształcenie:		
Tematyka do samodzielnego przygotowania. Praca pisemna.		
TK20	Charakterystyka sposobu żywienia na podstawie analizy wybranej diety.	C.W23, C.W24, C.U36, C.U37, C.K1-C.K6

Metody dydaktyczne		
Treści kształcenia	Metoda dydaktyczna	Odniesienie do efektów kształcenia
TK1-TK19	Wykład informacyjny, wyjaśnienie, dyskusja	C.W22, C.W 23, C.W24, C.W25, C.U35, C.U36, C.U37, C.K1-C.K6
TK20	Praca zaliczeniowa pisemna studenta - prezentacja multimedialna	C.W23, C.W24, C.U36, C.U37, C.K1- C.K6
Środki dydaktyczne • Komputer • Rzutnik multimedialny • Prezentacje tematyczne • Microsoft Teams -platforma multimedialna zapewniająca możliwość komunikowania się, zdalnego prowadzenia wykładów, innych zajęć, prowadzenia rozmów chat, audio. • Testportal - platforma umożliwiająca tworzenie testów i testowanie online, bieżącą kontrolę nad prowadzonym egzaminem, bieżącą analizę wyników testu i szybkie zestawienia		
Metody i kryteria oceniania		
Treści kształcenia	Metody oceniania osiągnięć studenta/metody weryfikacji efektów kształcenia	Odniesienie do efektów kształcenia
TK 1 – TK19	Zaliczenie pisemne w sesji zimowej Test zamknięty: jednokrotnego wyboru	C.W22, C.W 23, C.W24, C.W25, C.U35, C.U36, C.U37, C.K1-C.K6
	KRYTERIA OCENY TESTU powyżej 91% poprawnych odpowiedzi 81-90% poprawnych odpowiedzi 71-80% poprawnych odpowiedzi 66-70% poprawnych odpowiedzi 60-65% poprawnych odpowiedzi poniżej 60% poprawnych odpowiedzi	bardzo dobry (5,0) dobry plus (4,5) dobry (4,0) dostateczny plus (3,5) dostateczny (3,0) niedostateczny (2,0)
TK20	Praca zaliczeniowa pisemna studenta - prezentacja multimedialna	C.W23, C.W24, C.U36, C.U37, C.K1- C.K6
	KRYTERIA OCENY PRZYGOTOWANEJ PRACY PISEMNEJ 1.Zgodność tematyki i treści przyporządkowanych do realizowanego tematu 2.Aktualność wiedzy merytorycznej z wyznaczonego zakresu tematycznego. 3.Zachowanie prawidłowej struktury pracy. 4.Dobór odpowiednich metod i środków oraz narzędzi 5.Wybór właściwej literatury 6. Estetyka pracy.	0-1pkt 0-1pkt 0-1pkt 0-1pkt 0-1pkt 0-1pkt 4-6 pkt praca zaliczona 0-3 pkt praca niezaliczona
Zalecana lista lektur lub lektury obowiązkowe		
1. Jarosz, M., Rychlik, E. Stoś, K. Charzewska, J. Normy żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie. NIZPPZH, Warszawa 2020. 2. Włodarek D., Lange E., Kozłowska L., Głębska D. Dietoterapia. PZWL Warszawa 2014		

3. red. Szczygieł.B. Niedożywienie związane z chorobą. Występowanie, rozpoznawanie. Cz.1. WLPZWL, Warszawa 2011
4. red. Szczygieł.B. Niedożywienie związane z chorobą. Zapobieganie. Leczenie. Cz.2. WLPZWL, Warszawa 2012
5. Kapała A. Praktyczny Przewodnik po ONS. Scientifica, Kraków 2015
6. red. Sobotka. Podstawy Żywienia Klinicznego. Scientifica, Kraków 2013
7. Ciszewska – Jędrasik M., Pertkiewicz M.: Mieszaniny do żywienia pozajelitowego – standardy postępowania i zalecenia dla farmaceutów. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2004
8. Szajewska H., Albrecht P.: Jak żywić niemowlęta i małe dzieci. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2009
9. Szostak-Węgierek D.(red.): Żywienie osób starszych. Rekomendacje Sekcji Dietetyki Medycznej POLSPEN. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2020

Punkty ECTS (1 pkt-25-30 godz. pracy studenta)	
Godziny kontaktowe	15 godz
Samokształcenie	15 godz.
Razem	30 godz. = 1 ECTS

Przykładowe pytania sprawdzające

1. Pod pojęciem diety łatwo strawnej należy rozumieć:
 - a) wybór produktów łatwo strawnych, młodych warzyw i dojrzałych owoców
 - b) kontrolę podaży błonnika na poziomie ok 25 g dziennie, usuwanie skórki z owoców i warzyw oraz pestek, stosowanie przecierów zamiast całych tych produktów
 - c) dobór odpowiednich technik obróbki technologicznej, aby przygotowane potrawy były łatwo stawne, unikanie produktów tłustych, wzdymających, wędzonych, smażonych i ostro przyprawionych
 - d) wszystkie stwierdzenia są prawidłowe

2. Niskim indeksem glikemicznym cechują się następujące produkty:
 - a) gotowane w wodzie, pieczone i surowe
 - b) surowe owoce i warzywa naturalnie kiszone
 - c) przetworzone i konserwowane
 - d) surowe warzywa np. ogórki, pomidory, sałata i produkty przygotowane na parze

3. Planując deficyt energetyczny w diecie i prawidłowo przeprowadzoną redukcję masy ciała należy wziąć pod uwagę następujące wytyczne:
 - a) przy BMI 27-35 obniżenie kilokalorii w diecie o 200 dziennie, kalkulując utratę ok. 0,5 kg tkanki tłuszczowej tygodniowo
 - b) nie należy kierować się BMI tylko zaplanować ubytek tkanki tłuszczowej na poziomie ok. 1,5 kg tygodniowo tj. ograniczenie podaży energii o ok. 1500 kcal dziennie
 - c) przy BMI 27-35 obniżenie kilokalorii w diecie o 300-500 dziennie kalkulując utratę ok. 0,5 kg tkanki tłuszczowej tygodniowo
 - d) przy BMI pow.35 obniżenie kilokalorii w diecie o 1500 dziennie, kalkulując ubytek masy ciała ok 1,5 kg tkanki tłuszczowej tygodniowo

4. Dieta BRAT zalecana w biegunce obejmuje stosowanie:

- a) ryżu, bananów, musu jabłkowego oraz tostów pszennych
- b) dowolnych produktów zapierających
- c) głódówki a następnie kleika ryżowego
- d) diety łatwostrawnej oraz przetworzonych owoców i warzyw