

## KARTA PRZEDMIOTU

|                           |                   |                                                                                                              |
|---------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kod przedmiotu            | 0915-7DI-K36-ŻOCM |                                                                                                              |
| Nazwa przedmiotu w języku | polskim           | <i>Żywnienie w otyłości i chorobach metabolicznych</i><br><i>Nutrition in obesity and metabolic diseases</i> |
|                           | angielskim        |                                                                                                              |

### 1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

|                                                     |                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.1. Kierunek studiów                               | DIETETYKA                                                                                       |
| 1.2. Forma studiów                                  | Studia stacjonarne/ niestacjonarne                                                              |
| 1.3. Poziom studiów                                 | studia pierwszego stopnia- licencjackie                                                         |
| 1.4. Profil studiów*                                | Praktyczny                                                                                      |
| 1.5. Specjalność*                                   | Brak                                                                                            |
| 1.6. Jednostka prowadząca przedmiot                 | Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu                                                               |
| 1.7. Osoba/zespół przygotowująca/y kartę przedmiotu | dr hab. n. o zdr. Edyta Suliga, prof. UJK, dr n. rol. Kamila Sobaś, dr Katarzyna Krekora-Wollny |
| 1.8. Osoba odpowiedzialna za przedmiot              | dr n. rol. Kamila Sobaś, mgr Agata Krzemińska-Bujak                                             |
| 1.9. Kontakt                                        | kamila.sobas@ujk.edu.pl                                                                         |

### 2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

|                                                      |                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2.1. Przynależność do modułu                         | Podstawowy/ kierunkowy                                                                                                                      |
| 2.2. Język wykładowy                                 | Polski/angielski (ćwiczenia-2godziny)                                                                                                       |
| 2.3. Semestry, na których realizowany jest przedmiot | IV                                                                                                                                          |
| 2.4. Wymagania wstępne*                              | Wiedza z zakresu fizjologii, podstaw żywienia człowieka, żywienia kobiet w okresie ciąży i karmienia oraz żywienia osób aktywnych fizycznie |

### 3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

|                               |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3.1. Forma zajęć              | Wykłady, ćwiczenia                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 3.2. Miejsce realizacji zajęć | Przedmiot realizowany w sali dydaktycznej WLiNoZ, UJK                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 3.3. Forma zaliczenia zajęć   | Egzamin/ zaliczenie z oceną                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 3.4. Metody dydaktyczne       | Wykład: informacyjny z prezentacją multimedialną, konwersatoryjny.<br>Ćwiczenia: projektowe wspomagane komputerowo, opracowanie zadania problemowego. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 3.5. Wykaz piśmiennictwa      | podstawowe                                                                                                                                            | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Chevallier L. 51 zaleceń dietetycznych w wybranych stanach chorobowych. (Gajewska D., red. wydania polskiego) Wyd. Elsevier Urban &amp; Partner, Wrocław 2010.</li> <li>2. Dzieniszewski J., Szponar L., Szczygiel B., Socha J. (red.) Podstawy naukowe żywienia w szpitalach. Wyd. IŻŻ, Warszawa 2001.</li> <li>3. Jarosz M. (red.) Normy żywienia dla populacji polskiej – nowelizacja. Wyd. IŻŻ, Warszawa 2017</li> <li>4. Peckenpaugh N. Podstawy żywienia i dietoterapia. Elsevier Urban &amp; Partner, Wrocław 2011. 5. Wądołowska L, Bandurska-Stankiewicz E. Wybrane zagadnienia z dietetyki. Ćwiczenia. Wyd. UWM, Olsztyn 2002. Chojnacki J., Klupinska G., Dietetyka kliniczna. ELSEVIER, URBAN &amp; PARTNER 2014.</li> </ol> |
|                               | uzupełniające                                                                                                                                         | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ciborowska H., Rudnicka A., Dietetyka żywienie zdrowego i chorego człowieka, wydanie IV. PZWŁ, Warszawa, 2016.</li> <li>2. Jarosz M., Kłosiewicz-Latoszek L., Otyłość. Zapobieganie i leczenie. PZWŁ, Warszawa, 2015.</li> <li>3. Małecka- Tendera E., Socha P., Otyłość u dzieci i młodzieży. PZWŁ, Warszawa, 2011.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

### 4. CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p><b>Wykład:</b></p> <p>C1 - Przekazanie wiadomości na temat zasad racjonalnego żywienia, przedstawienie wpływu choroby na stan odżywienia oraz wpływu żywienia na wyniki leczenia wybranych chorób.</p> <p><b>Ćwiczenia:</b></p> <p>C1 - Wyposażenie studenta w umiejętności oceny spożycia żywności na poziomie indywidualnym, oceny stanu odżywienia, planowania posiłków i całodziennego wyżywienia z uwzględnieniem stanu fizjologicznego (np. ciąża, karmienie piersią) lub jednostki chorobowej, a także opracowania programów edukacji żywieniowej z zakresu zasad żywienia jako prewencji otyłości i wybranych chorób metabolicznych.</p> |
| 4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p><b>Wykłady:</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

Etiologia otyłości – uwarunkowania środowiskowe i genetyczne. Planowanie i monitorowanie dietoterapii otyłości. Krytyczna ocena diet odchudzających. Farmakologiczne i chirurgiczne leczenie otyłości. Psychoterapia i fizjoterapia w leczeniu otyłości. Wpływ żywienia na stężenie lipidów. Leczenie dietetyczne chorych na cukrzycę. Żywienie dietetyczne w zespole metabolicznym. Dieta w dnie moczanowej. Żywienie otyłej kobiety w ciąży i okresie karmienia. Żywienie kobiety ciężarnej z cukrzycą. Żywienie dietetyczne po zabiegu bariatrycznym.

#### Ćwiczenia:

Planowanie diety ubogoenergetycznej. Opracowanie założeń i planu diety odchudzającej oraz rekomendacji dla pacjenta. Ocena postępów odchudzania. Praktyczne układanie jadłospisów dla chorych na cukrzycę z uwzględnieniem wymienników węglowodanowych, indeksu glikemicznego, ewentualnej insulinoterapii. Opracowanie zaleceń dietetycznych dla osób z zaburzeniami lipidowymi. Analiza wybranych prac w języku obcym z uwzględnieniem treści programowych.

#### 4.3. Przedmiotowe efekty kształcenia

| Efekt                                      | Student, który zaliczył przedmiot                                                                                                                                                                      | Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| w zakresie <b>WIEDZY:</b>                  |                                                                                                                                                                                                        |                                                 |
| W01                                        | Charakteryzuje podstawowe zasady żywienia w otyłości i chorobach metabolicznych                                                                                                                        | D1P_W07                                         |
| W02                                        | Wyjaśnia zastosowanie podstawowych diet leczniczych                                                                                                                                                    | D1P_W02                                         |
| w zakresie <b>UMIEJĘTNOŚCI:</b>            |                                                                                                                                                                                                        |                                                 |
| U01                                        | Prowadzi poradnictwo w zakresie zapobiegania otyłości i jej powikłaniom.                                                                                                                               | D1P_U03                                         |
| U02                                        | Opracowuje zalecenia żywieniowe dla pacjenta                                                                                                                                                           | D1P_U09<br>D1P_U10                              |
| w zakresie <b>KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:</b> |                                                                                                                                                                                                        |                                                 |
| K01                                        | Systematycznie wzbogaca wiedzę zawodową i kształtuje umiejętności, dążąc do profesjonalizmu                                                                                                            | D1P_K05                                         |
| K02                                        | Posiada umiejętność współpracy ze specjalistami dietetykami, lekarzami różnych specjalności, technologami żywności oraz innymi osobami, których wiedza pozwala na poszerzanie umiejętności zawodowych. | D1P_K02<br>D1P_K05                              |

#### 4.4. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów kształcenia

| Forma zajęć   | Ocena | Kryterium oceny                                                                                                                                                             |
|---------------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| wykład (W)    | 3     | 61-68% opanowanie treści programowych na poziomie podstawowym, odpowiedzi chaotyczne, konieczne pytania naprowadzające.                                                     |
|               | 3,5   | 69-76% opanowanie treści programowych na poziomie podstawowym, odpowiedzi usystematyzowane, wymaga pomocy nauczyciela.                                                      |
|               | 4     | 77-84% opanowanie treści programowych na poziomie podstawowym, odpowiedzi usystematyzowane, samodzielne. Rozwiązywanie problemów w sytuacjach typowych.                     |
|               | 4,5   | 85-92% zakres prezentowanej wiedzy wykracza poza poziom podstawowy w oparciu o podane piśmiennictwo uzupełniające. Rozwiązywanie problemów w sytuacjach nowych i złożonych. |
|               | 5     | 93-100% zakres prezentowanej wiedzy wykracza poza poziom podstawowy w oparciu o samodzielnie zdobyte naukowe źródła informacji.                                             |
| ćwiczenia (C) | 3     | 61-68% opanowanie treści programowych na poziomie podstawowym, odpowiedzi chaotyczne, konieczne pytania naprowadzające.                                                     |
|               | 3,5   | 69-76% opanowanie treści programowych na poziomie podstawowym, odpowiedzi usystematyzowane, wymaga pomocy nauczyciela.                                                      |
|               | 4     | 77-84% opanowanie treści programowych na poziomie podstawowym, odpowiedzi usystematyzowane, samodzielne. Rozwiązywanie problemów w sytuacjach typowych.                     |
|               | 4,5   | 85-92% zakres prezentowanej wiedzy wykracza poza poziom podstawowy w oparciu o podane piśmiennictwo uzupełniające. Rozwiązywanie problemów w sytuacjach nowych i złożonych. |
|               | 5     | 93-100% zakres prezentowanej wiedzy wykracza poza poziom podstawowy w oparciu o samodzielnie zdobyte naukowe źródła informacji.                                             |

#### 4.5. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów kształcenia

| Efekty przedmiotowe (symbol) | Sposób weryfikacji (+/-) |   |                        |   |                |   |                            |   |             |   |
|------------------------------|--------------------------|---|------------------------|---|----------------|---|----------------------------|---|-------------|---|
|                              | Egzamin                  |   | Aktywność na zajęciach |   | Praca w grupie |   | Inne zaliczenie praktyczne |   | Kolokwium   |   |
|                              | Forma zajęć              |   | Forma zajęć            |   | Forma zajęć    |   | Forma zajęć                |   | Forma zajęć |   |
|                              | W                        | C | W                      | C | W              | C | W                          | C | W           | C |
| W01                          | +                        |   | +                      |   |                |   |                            |   |             |   |

|     |   |  |   |  |   |  |   |  |   |  |  |  |  |  |  |
|-----|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|--|--|--|--|--|
| W02 | + |  | + |  |   |  |   |  | + |  |  |  |  |  |  |
| U01 |   |  | + |  | + |  | + |  | + |  |  |  |  |  |  |
| U02 |   |  | + |  |   |  | + |  |   |  |  |  |  |  |  |
| K01 |   |  | + |  | + |  |   |  |   |  |  |  |  |  |  |
| K02 |   |  | + |  |   |  |   |  |   |  |  |  |  |  |  |

#### 5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

| Kategoria                                                                                     | Obciążenie studenta |                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------|
|                                                                                               | Studia stacjonarne  | Studia niestacjonarne |
| <i>LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/</i> | <b>40</b>           | <b>25</b>             |
| <i>Udział w wykładach</i>                                                                     | 25                  | 15                    |
| <i>Udział w ćwiczeniach</i>                                                                   | 15                  | 10                    |
| <i>SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/</i>                                     | <b>35</b>           | <b>50</b>             |
| <i>Przygotowanie do testu</i>                                                                 | 25                  | 35                    |
| <i>Przygotowanie do ćwiczeń praktycznych, kolokwium</i>                                       | 10                  | 15                    |
| <b>ŁĄCZNA LICZBA GODZIN</b>                                                                   | <b>75</b>           | <b>75</b>             |
| <b>PUNKTY ECTS za przedmiot</b>                                                               | <b>3</b>            | <b>3</b>              |

*Przyjmuję do realizacji* (data i podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)

.....