



Dietetyka

| 1. METRYCZKA | |
|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Rok akademicki | 2024/2025 |
| Wydział | Wydział Nauk o Zdrowiu |
| Kierunek studiów | Położnictwo |
| Dyscyplina wiodąca | Nauki w zakresie podstaw opieki położniczej |
| Profil studiów | Praktyczny |
| Poziom kształcenia | I stopnia |
| Forma studiów | Stacjonarne |
| Typ modułu/przedmiotu | Obowiązkowy |
| Forma weryfikacji efektów uczenia się | Zaliczenie |
| Jednostka prowadząca /jednostki prowadzące | Zakład Biologii Medycznej (NZI), ul. Litewska 14/16, 00-575 Warszawa Klinika Położnictwa, Perinatologii i Ginekologii (NZZP), ul. Żwirki i Wigury 63A, 02-091 Warszawa |
| Kierownik jednostki/kierownicy jednostek | Dr hab. n. o zdr. Gabriela Olędzka Prof. dr hab. n. med. Piotr Węgrzyn |
| Koordynator przedmiotu | Dr hab. n. med. i n. o zdr. Agnieszka Bzikowska-Jura |
| Osoba odpowiedzialna za sylabus) | Dr hab. n. med. i n. o zdr. Agnieszka Bzikowska-Jura abzikowska@wum.edu.pl |
| Prowadzący zajęcia | dr hab. Agnieszka Bzikowska-Jura (NZI), mgr Adriana Szulińska (NZI), dr Katarzyna Luterek (NZZP) |

2. INFORMACJE PODSTAWOWE

| | | | |
|------------------------------------------------------|----------------------|--------------------------------|------|
| Rok i semestr studiów | II rok, 4 semestr | Liczba punktów ECTS | 2.00 |
| FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ | Liczba godzin | Kalkulacja punktów ECTS | |
| Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim | | | |
| wykład (W) | 30 | 1,2 | |
| seminarium (S) | 10 | 0,4 | |
| ćwiczenia (C) | | | |
| e-learning (e-L) | | | |
| zajęcia praktyczne (ZP) | | | |
| praktyka zawodowa (PZ) | | | |
| Samodzielna praca studenta | | | |
| Przygotowanie do zajęć i zaliczeń | 10 | 0,4 | |

3. CELE KSZTAŁCENIA

| | |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| C1 | Zapoznanie studenta z zasadami racjonalnego żywienia oraz klasyfikacją diet i ich zastosowaniem. |
| C2 | Zapoznanie studenta z zasadami żywienia w chorobach ginekologicznych oraz ciąży fizjologicznej i okresie laktacji. |
| C3 | Zapoznanie studenta z zasadami prawidłowego postępowania żywieniowego w wybranych patologich ciąży. |
| C4 | Zapoznanie studenta z zasadami oceny stanu odżywienia i sposobu żywienia oraz żywienia niemowląt i dzieci w wieku poniemowlęcym. |
| C5 | Zapoznanie studenta z podstawami żywienia do- i pozajelitowego. |

4. STANDARD KSZTAŁCENIA – SZCZEGÓŁOWE EFEKTY UCZENIA SIĘ

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Symbol i numer efektu uczenia się zgodnie ze standardami uczenia się | Efekty w zakresie (zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra NiSW z 26 lipca 2019) |
| Wiedzy – Absolwent* zna i rozumie: | |
| CW19 | Zasady żywienia osób zdrowych i chorych w różnym wieku oraz żywienia dojelitowego i pozajelitowego. |
| CW20 | Zasady żywienia kobiety w różnych okresach jej życia i różnym stanie zdrowia, ze szczególnym uwzględnieniem okresu ciąży oraz zasady żywienia noworodków i niemowląt. |

| | |
|------|-------------------------------------------------------------|
| CW21 | Zasady leczenia dietetycznego oraz powikłania dietoterapii. |
| CW22 | Środki spożywcze specjalnego przeznaczenia żywieniowego. |

Umiejętności – Absolwent* potrafi:

| | |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CU31 | Oceniać stan odżywienia i sposób żywienia, prowadzić poradnictwo w zakresie żywienia zdrowych i chorych dzieci i dorosłych, w szczególności kobiet w różnych okresach ich życia i różnym stanie zdrowia. |
| CU32 | Stosować diety terapeutyczne w wybranych chorobach, nadzorować odrębności żywienia zbiorowego i rozpoznawać powikłania dietoterapii. |
| CU33 | Planować podstawowe diety pod względem ilościowym i jakościowym, w tym zalecenia żywieniowe dla kobiety w okresie ciąży i karmienia piersią. |
| CU34 | Dobierać środki spożywcze specjalnego przeznaczenia żywieniowego i wystawiać na nie recepty w ramach realizacji zleceń lekarskich oraz udzielać informacji na temat ich stosowania. |

**W załącznikach do Rozporządzenia Ministra NiSW z 26 lipca 2019 wspomina się o „absolwencie”, a nie studencie*

5. POZOSTAŁE EFEKTY UCZENIA SIĘ

| Numer efektu uczenia się | Efekty w zakresie |
|--------------------------|-------------------|
|--------------------------|-------------------|

Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:

| | |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| W1 | Zna źródła składników pokarmowych. Zna nazewnictwo diet szpitalnych oraz produkty wskazane i przeciwwskazane w różnych jednostkach chorobowych. |
| W2 | Rozumie problemy żywieniowe pacjentki w okresie ciąży i laktacji, a także niemowląt. |
| W3 | Zna zasady żywienia kobiet w ciąży powikłanej wybranymi chorobami. |
| W4 | Zna zasady żywienia i suplementacji diety kobiet w ciąży, okresie laktacji, niemowląt i dzieci w wieku poniemowlęcym. |

Umiejętności – Absolwent potrafi:

| | |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| U1 | Określa rodzaj produktów, potraw i technik kulinarnych dozwolonych i przeciwwskazanych w różnych jednostkach chorobowych w czasie ciąży, laktacji i w diecie niemowląt. |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:

| | |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 |
| K5 | Zasięgania opinii ekspertów w przypadku trudności z samodzielnym rozwiązaniem problemu. |
| K7 | Dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych oraz dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych. |

| 6. ZAJĘCIA | | |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| Forma zajęć | Treści programowe | Efekty uczenia się |
| Wykłady | | |
| Wykład 1 -3 | <p>Metody oceny stanu odżywienia i sposobu żywienia osób dorosłych. Planowanie żywienia dla osób dorosłych, pojęcie podstawowej i całkowitej przemiany materii, ocena wydatku energetycznego, zasady racjonalnego żywienia osób dorosłych, ze szczególnym uwzględnieniem kobiet w różnym wieku. Fizjologia kobiet.</p> <p><i>mgr Adriana Szulińska</i></p> | CW19, W1, CU31, K5, K7 |
| Wykład 4 i 5 | <p>Dieta i inne elementy stylu życia a płodność kobiet. Rola diety w profilaktyce i leczeniu chorób związanych z zaburzeniami płodności (endometrioza, zespół policystycznych jajników).</p> <p><i>dr hab. Agnieszka Bzikowska-Jura</i></p> | CW19, CW20, CW21, W1, CU32, K5 |
| Wykład 6 | <p>Znaczenie prawidłowego sposobu żywienia i stanu odżywienia w wybranych chorobach onkologicznych kobiet.</p> <p><i>Dr Katarzyna Luterek</i></p> | CW19, CW20, CW21, CU32, CU34, W1, U1, K1, K5 |
| Wykład 7 i 8 | <p>Zasady żywienia kobiet w ciąży fizjologicznej: zapotrzebowanie na składniki pokarmowe, rola i źródła pokarmowe składników ważnych dla przebiegu ciąży i rozwoju płodu, zasady suplementacji diety kobiet ciężarnych.</p> <p>Postępowanie dietetyczne w dolegliwościach typowych dla okresu ciąży (awersja, nienasycenie, nudności, wymioty, zgaga, zaparcia).</p> <p><i>dr hab. Agnieszka Bzikowska-Jura</i></p> | CW19, CW20, CW21, CU32, CU33, U1, W1, W2, W3, W4, K1, K5 |
| Wykład 9 | <p>Zasady żywienia kobiet ciężarnych z zaburzeniami odżywiania/ zaburzeniami stanu odżywienia (niedobór masy ciała, pregoreksja, otyłość).</p> <p><i>dr hab. Agnieszka Bzikowska-Jura</i></p> | CW19, CW20, CW21, CU32, CU33, CU34, W1, W2, W3, W4, K1, K5 |
| Wykład 10 i 11 | <p>Zasady żywienia ciężarnej z niedokrwistością: postępowanie dietetyczne i suplementacja w niedokrwistości w czasie ciąży.</p> <p>Wewnątrztrętrowa cholestazą ciężarnych – charakterystyka jednostki chorobowej i rekomendacje w zakresie żywienia.</p> <p><i>dr Katarzyna Luterek</i></p> | CW19, CW20, CW21, CU32, CU33, W1, W2, W3, W4, K1, K5 |
| Wykład 12 | <p>Zasady żywienia kobiety ciężarnej z cukrzycą (GDM i PGDM).</p> <p><i>mgr Adriana Szulińska</i></p> | CW19, CW20, CW21, CU32, CU33, W1, W2, W3, K1, K5 |
| Wykład 13 | <p>Zasady żywienia kobiet ciężarnych na dietach roślinnych. Rekomendacje związane z suplementacją diety.</p> <p><i>dr Katarzyna Luterek</i></p> | CW19, CW20, CW21, CW22, CU34 |
| Wykład 15 | <p>Żywnienie niemowląt zdrowych oraz dzieci w wieku poniemowlęcym: zasady żywienia niemowląt zdrowych, aktualny schemat żywienia niemowląt, zasady żywienia dzieci w wieku poniemowlęcym.</p> | CW19, CW20, CW21, CW22, CU34 |

| | | |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| | <i>dr hab. Agnieszka Bzikowska-Jura</i> | |
| Seminaria | | |
| Seminarium 1 | Wartość energetyczna diety, charakterystyka makro- i mikroskładników odżywczych i ich znaczenie w żywieniu osób dorosłych. Źródła składników pokarmowych, normy żywienia dla populacji Polski. <i>mgr Adriana Szulińska</i> | CW19, W1 |
| Seminarium 2 | Suplementy diety dla kobiet ciężarnych i karmiących piersią – analiza rynku. <i>dr Katarzyna Luterek</i> | CW20, CU31, CU32, CU33, W1 |
| Seminarium 3 | Zasady żywienia kobiet w okresie poporodowym i w czasie laktacji. Czy dieta lekkostrawna jest konieczna? <i>dr hab. Agnieszka Bzikowska-Jura</i> | CU31, CU32, CU33, W1, U1, K1, K5, K7 |

7. LITERATURA

Obowiązkowa

1. Ciborowska H., Ciborowski A.: Dietetyka. Żywienie zdrowego i chorego człowieka. PZWL 2021
2. Gawęcki J. (red.): Żywienie człowieka t.1-3. PWN, 2022
3. Jarosz M., Rychlik E., Stoś K., Charzewska J. (red): Normy żywienia dla populacji polskiej i ich zastosowanie; dostęp on-line: https://www.pzh.gov.pl/wp-content/uploads/2020/12/Normy_zywienia_2020web-1.pdf
4. Kunachowicz H., Nadolna I., Przygoda B., Iwanow K.: Tabele składu i wartości odżywczej żywności. PZWL, Warszawa 2017
5. Szajewska H. (red.): Żywienie i leczenie żywieniowe dzieci i młodzieży. MP. Kraków 2017
6. Szostak-Węgierek D. (red.): Żywienie w czasie ciąży i karmienia piersią. PZWL 2021
7. Rekomendacje Polskiego Towarzystwa Ginekologów i Położników dotyczące suplementacji u kobiet ciężarnych. Ginekologia i Perinatologia Praktyczna 2020. Via Medica.

Uzupelniająca

1. Czasopismo Standardy Medyczne/Pediatra

- Stanowisko Grupy Ekspertów w sprawie zaleceń żywieniowych dla kobiet w okresie laktacji – aktualizacja. Dostęp on-line: <https://www.standardy.pl/artykuly/id/1951>
- Zasady żywienia zdrowych niemowląt. Stanowisko Polskiego Towarzystwa Gastroenterologii, Hepatologii i Żywienia Dzieci. Dostęp on-line: https://ptghizd.pl/cm/uploads/2021/04/smp_01_2021_zasady_zywienia_zdrowych_niemowlat.pdf

8. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

| Symbol przedmiotowego efektu uczenia się | Sposoby weryfikacji efektu uczenia się | Kryterium zaliczenia |
|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| <i>Np. A.W1, A.U1, K1</i> | <i>Pole definiuje metody wykorzystywane do oceniania studentów, np. kartkówka, kolokwium, raport z ćwiczeń itp.</i> | <i>Np. próg zaliczeniowy</i> |
| | Przedmiot kończy się zaliczeniem, które odbywa się w formie zdalnej. Kryteria oceniania są następujące: 60 – 71,9% - dostateczny (3,0) 72 – 78,9% - dość dobry (3,5) 79 – 85,9% - dobry (4,0) | 60% |

86 – 92,9% - ponad dobry (4,5)

93 – 100% - bardzo dobry (5,0)

Zasady ogólne:

1. Warunkiem przystąpienia do zaliczenia końcowego jest obecność na wszystkich zajęciach seminaryjnych.
2. Każda nieobecność musi zostać usprawiedliwiona (do 2 tygodni od dnia zajęć, na których student/studentka był/-a nieobecny/-a).
3. Preferowaną formę odrobienia zajęć należy ustalić z prowadzącym zajęcia.
5. Nieobecność na powyżej 50% zajęć skutkuje niezaliczeniem przedmiotu.
6. Zgodnie z regulaminem możliwe są 3 podejścia do zaliczenia: pierwszy termin, zaliczenie poprawkowe i zaliczenie komisyjne.
7. Kontakt w dodatkowych sprawach studenckich i organizacyjnych: sekretariat nzi@wum.edu.pl, tel. 022-116-92-50, ul. Litewska 14/16, 00-575 Warszawa, pokój 308.

9. INFORMACJE DODATKOWE

Zajęcia odbywają się według planu zamieszczonego na stronie internetowej Zakładu Biologii Medycznej:
<https://biologiamedyczna.wum.edu.pl>

Prawa majątkowe, w tym autorskie, do sylabusu przysługują WUM. Sylabus może być wykorzystywany dla celów związanych z kształceniem na studiach odbywanych w WUM. Korzystanie z sylabusu w innych celach wymaga zgody WUM.

UWAGA

Końcowe 10 minut ostatnich zajęć w bloku/semestrze/roku należy przeznaczyć na wypełnienie przez studentów Ankiety Oceny Zajęć i Nauczycieli Akademickich