





Cele kształcenia: (max. 6 pozycji)

C1. Omówienie charakterystyki, konsekwencji zdrowotnych oraz zasadności stosowania diety bezglutenowej, wegańskiej, wegetariańskiej (oraz ich modyfikacji) w świetle najnowszych badań naukowych.

C2. Omówienie charakterystyki, konsekwencji zdrowotnych oraz zasadności stosowania diet wysokobiałkowych, wysokotłuszczowych oraz głodówek w celu redukcji masy ciała.

C3. Omówienie konsekwencji zdrowotnych stosowania diet eliminacyjnych.

C4. Porównanie diet alternatywnych z zasadami zdrowego żywienia.

C5. Omówienie charakterystyki, użyteczności oraz zasadności stosowania diet alternatywnych w jednostkach chorobowych.

**Macierz efektów kształcenia dla modułu/przedmiotu w odniesieniu do metod weryfikacji zamierzonych efektów kształcenia oraz formy realizacji zajęć:**

Numer efektu kształcenia przedmiotowego	Numer efektu kształcenia kierunkowego	Student, który zaliczy moduł/przedmiot wie/umie/potrafi	Metody weryfikacji osiągnięcia zamierzonych efektów kształcenia (formujące i podsumowujące)	Forma zajęć dydaktycznych <i>** wpisz symbol</i>
W 01	B. W19.	Student zna konsekwencje niewłaściwego odżywiania, w tym długotrwałego głodowania, przyjmowania zbyt obfitych posiłków oraz stosowania niezbilansowanej diety.	dyskusja	SE
W 02	B. W20.	Student zna konsekwencje niedoboru witamin lub minerałów oraz ich nadmiaru w organizmie.	dyskusja	SE
W 03		Student zna charakterystykę, konsekwencje zdrowotne oraz zasadność stosowania diet alternatywnych w celu redukcji masy ciała.	prezentacja	SE
W 04		Student zna charakterystykę, konsekwencje zdrowotne oraz zasadność stosowania diet alternatywnych w wybranych jednostkach chorobowych.	prezentacja	SE
W 05	E. W7.	Student zna i rozumie przyczyny, objawy, zasady diagnozowania i postępowania terapeutycznego w otyłości.	prezentacja	SE
U 01	D. U8.	Student udziela porady w kwestii przestrzegania zaleceń terapeutycznych i prozdrowotnego trybu życia	dyskusja	SE
U 02		Student uzasadnia przydatność stosowania oraz konsekwencje zdrowotne diet alternatywnych w celu redukcji masy ciała	prezentacja	SE
U 03		Student uzasadnia przydatność stosowania oraz konsekwencje zdrowotne diet alternatywnych w	prezentacja	SE



		wybranych jednostkach chorobowych		
U 04	B. U13.	Student wyjaśnia różnice między badaniami prospektywnymi i retrospektywnymi, randomizowanymi i kliniczno-kontrolnymi, opisami przypadków i badaniami eksperymentalnymi oraz szereguje je według wiarygodności i jakości dowodów naukowych w kontekście dowodów naukowych o przydatności i konsekwencjach zdrowotnych stosowania diet alternatywnych.	dyskusja	SE

\*\* WY - wykład; SE - seminarium; CA - ćwiczenia audytoryjne; CN - ćwiczenia kierunkowe (niekliniczne); CK - ćwiczenia kliniczne; CL - ćwiczenia laboratoryjne; CM - ćwiczenia specjalistyczne (mgr); CS - ćwiczenia w warunkach symulowanych; LE - lektoraty; zajęcia praktyczne przy pacjencie - PP; WF - zajęcia wychowania fizycznego (obowiązkowe); PZ- praktyki zawodowe; SK - samokształcenie, EL- E-learning.

Proszę ocenić w skali 1-5 jak powyższe efekty lokują państwa zajęcia w działach: przekaz wiedzy, umiejętności czy kształtowanie postaw:

Wiedza: 3

Umiejętności: 1

**Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS):**

Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie itp.)	Obciążenie studenta (h)
1. Godziny kontaktowe:	10
2. Czas pracy własnej studenta (samokształcenie):	3
Sumaryczne obciążenie pracy studenta	13
Punkty ECTS za moduł/przedmiotu	0,5
Uwagi seminaria mogą być zastąpione webinariami	

**Treść zajęć:** (proszę wpisać hasłowo tematykę poszczególnych zajęć z podziałem na formę zajęć dydaktycznych, pamiętając, aby przekładała się ona na zamierzone efekty kształcenia)

#### Wykłady

#### Seminaria

1. Definicja, podział, stosowanie diet alternatywnych w populacji – 1h.
2. Diety wysokobiałkowe – charakterystyka, efekty stosowania, konsekwencje zdrowotne – 1h
3. Diety wysokotłuszczowe – charakterystyka, efekty stosowania, konsekwencje zdrowotne – 1h
4. Diety restrykcyjne i eliminacyjne – charakterystyka, efekty stosowania, konsekwencje zdrowotne – 1h
5. Dieta bezglutenowa – wskazania do stosowania, charakterystyka, konsekwencje zdrowotne – 1h
6. Diety wegańskie, wegetariańskie – charakterystyka, efekty stosowania, konsekwencje zdrowotne – 1h
7. Dieta ketogeniczna – charakterystyka, efekty stosowania, konsekwencje zdrowotne – 1h
8. Popularne diety alternatywne redukcyjne – charakterystyka, efekty stosowania, konsekwencje zdrowotne – 1h
9. Wybrane diety lecznicze - charakterystyka, cele stosowania, konsekwencje zdrowotne – 1h
10. Zasady prawidłowego żywienia – 1h



Ćwiczenia	
Inne	
Literatura podstawowa: (wymienić wg istotności, nie więcej niż 3 pozycje) 1. Nancy Peckenpaugh „Podstawy Żywienia i Dietoterapia” Urban&Partner 2012	
Literatura uzupełniająca i inne pomoce: (nie więcej niż 3 pozycje) 1. Zofia Wieczorek-Chełmińska „Diety niskoenergetyczne” Wydawnictwo Lekarskie PZWL 2010 2. Elżbieta Poniewierka red. „Dietetyka oparta na dowodach” MedPharm 2016	
Wymagania dotyczące pomocy dydaktycznych: (np. laboratorium, rzutnik multimedialny, inne...) Laptop, projektor	
Warunki wstępne: (minimalne warunki, jakie powinien student spełnić przed przystąpieniem do modułu/przedmiotu) Brak	
Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: (określić formę, kryteria i warunki zaliczenia zajęć wchodzących w zakres modułu/przedmiotu, zasady dopuszczenia do egzaminu końcowego teoretycznego i/lub praktycznego, jego formę oraz wymagania jakie student powinien spełnić by go zdać, a także kryteria na poszczególne oceny). Obecność na zajęciach. Czynny udział w zajęciach wyrażony przez udział w dyskusjach. Przygotowanie prezentacji ustnej w grupach na wybrany temat. Każda nieobecność musi być odrobiona, łącznie z dniami rektorskimi i godzinami dziekańskimi.	
Ocena:	Kryteria oceny zaliczenia przedmiotu
Bardzo dobra (5,0)	Student zna konsekwencje niewłaściwego odżywiania, w tym długotrwałego głodowania, przyjmowania zbyt obfitych posiłków oraz stosowania niezbilansowanej diety. Student zna konsekwencje niedoboru witamin lub minerałów oraz ich nadmiaru w organizmie. Student zna charakterystykę, konsekwencje zdrowotne oraz zasadność stosowania diet alternatywnych w celu redukcji masy ciała. Student zna charakterystykę, konsekwencje zdrowotne oraz zasadność stosowania diet alternatywnych w wybranych jednostkach chorobowych. Student udziela porady w kwestii przestrzegania zaleceń terapeutycznych i prozdrowotnego trybu życia. Student wyjaśnia różnice między badaniami prospektywnymi i retrospektywnymi, randomizowanymi i kliniczno-kontrolnymi, opisami przypadków i badaniami eksperymentalnymi oraz szereguje je według wiarygodności i jakości dowodów naukowych w kontekście dowodów naukowych o przydatności i konsekwencjach zdrowotnych stosowania diet alternatywnych.
Ponad dobra (4,5)	Student zna konsekwencje niewłaściwego odżywiania, w tym długotrwałego głodowania, przyjmowania zbyt obfitych posiłków oraz stosowania niezbilansowanej diety. Student zna charakterystykę, konsekwencje zdrowotne oraz zasadność stosowania diet alternatywnych w celu redukcji masy ciała. Student zna charakterystykę, konsekwencje zdrowotne oraz zasadność stosowania diet alternatywnych w wybranych jednostkach chorobowych. Student udziela porady w kwestii przestrzegania zaleceń terapeutycznych i prozdrowotnego trybu życia. Student wyjaśnia różnice między badaniami prospektywnymi i retrospektywnymi, randomizowanymi i kliniczno-kontrolnymi, opisami przypadków i badaniami eksperymentalnymi oraz szereguje je według wiarygodności i jakości dowodów naukowych w kontekście dowodów naukowych o przydatności i konsekwencjach zdrowotnych stosowania diet alternatywnych.



Dobra (4,0)	Student zna konsekwencje niewłaściwego odżywiania, w tym długotrwałego głodowania, przyjmowania zbyt obfitych posiłków oraz stosowania niezbilansowanej diety. Student zna charakterystykę, konsekwencje zdrowotne oraz zasadność stosowania diet alternatywnych w celu redukcji masy ciała. Student zna charakterystykę, konsekwencje zdrowotne oraz zasadność stosowania diet alternatywnych w wybranych jednostkach chorobowych. Student udziela porady w kwestii przestrzegania zaleceń terapeutycznych i prozdrowotnego trybu życia.
Dość dobra (3,5)	Student zna charakterystykę, konsekwencje zdrowotne oraz zasadność stosowania diet alternatywnych w celu redukcji masy ciała. Student zna charakterystykę, konsekwencje zdrowotne oraz zasadność stosowania diet alternatywnych w wybranych jednostkach chorobowych. Student udziela porady w kwestii przestrzegania zaleceń terapeutycznych i prozdrowotnego trybu życia.
Dostateczna (3,0)	Student zna charakterystykę, konsekwencje zdrowotne oraz zasadność stosowania diet alternatywnych w celu redukcji masy ciała. Student zna charakterystykę, konsekwencje zdrowotne oraz zasadność stosowania diet alternatywnych w wybranych jednostkach chorobowych.
<b>Ocena:</b>	
<b>Kryteria oceny z egzaminu (jeśli dotyczy)</b>	
Bardzo dobra (5,0)	
Ponad dobra (4,5)	
Dobra (4,0)	
Dość dobra (3,5)	
Dostateczna (3,0)	

Nawa jednostki prowadzącej przedmiot:	Katedra i Zakład Medycyny Społecznej
Adres jednostki	Ul. Bujwida 44, 50-345 Wrocław
Nr telefonu	Tel. 71 3282145
E-mail	agnieszka.cieslak@umed.wroc.pl

Osoba odpowiedzialna za przedmiot:	mgr Alicja Basiak-Rasała
Nr telefonu	Tel. 71 3282145
E-mail	<a href="mailto:alicia.basiak-rasala@umed.wroc.pl">alicia.basiak-rasala@umed.wroc.pl</a> <a href="mailto:agnieszka.cieslak@umed.wroc.pl">agnieszka.cieslak@umed.wroc.pl</a>

Wykaz osób prowadzących poszczególne zajęcia:	stopień/tytuł naukowy lub zawodowy	dziedzina naukowa	Wykonywany zawód	Forma prowadzenia zajęć
Alicja Basiak-Rasała	mgr	zdrowie publiczne, dietetyka	Asystent	SE



Data opracowania sylabusu

.....29.05.2020.....

Sylabus opracował(a)

mgr Alicja Basiak-Rasała

Podpis Kierownika jednostki prowadzącej zajęcia

Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu  
KATEDRA I ZAKŁAD  
MEDYCINY SPOŁECZNEJ

.....  
kierownik

dr hab. n. med. Katarzyna Zatońska, prof. nadzw.

Podpis Dziekana właściwego wydziału

Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu

.....  
WYDZIAŁ LEKARSKI

Prodziekan ds. kształcenia na kierunku lekarskim

dr hab. Ireneusz Kustrzeba-Wojcicka, prof. nadzw.