



Sylabus na rok akademicki: 2021/2022 Cykl kształcenia: 2018/2019 – 2023/2024													
Opis przedmiotu kształcenia													
Nazwa przedmiotu	Diety alternatywne Alternative diets							Grupa szczegółowych efektów uczenia się					
								Grupa zajęć (kod grupy)	Nazwa grupy				
								C	Nauki przedkliniczne				
								D	Nauki behawioralne				
Wydział	Wydział Lekarski												
Kierunek studiów	Lekarski												
Poziom studiów	<input checked="" type="checkbox"/> jednolite magisterskie <input type="checkbox"/> I stopnia <input type="checkbox"/> II stopnia <input type="checkbox"/> III stopnia <input type="checkbox"/> podyplomowe												
Forma studiów	<input checked="" type="checkbox"/> stacjonarne <input checked="" type="checkbox"/> niestacjonarne												
Rok studiów	IV						Semestr studiów:	<input checked="" type="checkbox"/> zimowy lub <input checked="" type="checkbox"/> letni					
Typ przedmiotu	<input type="checkbox"/> obowiązkowy <input type="checkbox"/> ograniczonego wyboru <input checked="" type="checkbox"/> wolnego wyboru/ fakultatywny												
Język wykładowy	<input checked="" type="checkbox"/> polski <input type="checkbox"/> angielski												
Liczba godzin													
Forma kształcenia													
	Wykłady (WY)	Seminaria (SE)	Ćwiczenia audytoryjne (CA)	Ćwiczenia kierunkowe - niekliniczne (CN)	Ćwiczenia kliniczne (CK)	Ćwiczenia laboratoryjne (CL)	Ćwiczenia w warunkach symulowanych (CS)	Zajęcia praktyczne przy pacjencie (PP)	Lektoraty (LE)	Zajęcia wychowania fizycznego (WF)	Praktyki zawodowe (PZ)	Samokształcenie kierowane (SK)	E-learning (EL)
Semestr zimowy:													
Katedra Medycyny Społecznej													
Kształcenie bezpośrednie ¹		10											

¹

Kształcenie prowadzone z bezpośrednim udziałem nauczycieli akademickich lub innych osób prowadzących zajęcia

Kształcenie zdalne ²																				
Semestr letni:																				
Katedra Medycyny Społecznej																				
Kształcenie bezpośrednie		10																		
Kształcenie zdalne																				
Razem w roku:																				
Katedra Medycyny Społecznej																				
Kształcenie bezpośrednie		10																		
Kształcenie zdalne																				
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. C6. Kształtowanie kompetencji społecznych, potrzebnych do wykonywania zawodu lekarza, zgodnie z sylwetką absolwenta.																				
Efekty uczenia się dla przedmiotu w odniesieniu do metod weryfikacji zamierzonych efektów uczenia się oraz formy realizacji zajęć:																				
Numer szczegółowego efektu uczenia się	Student, który zaliczy przedmiot wie/umie/potrafi										Metody weryfikacji osiągnięcia zamierzonych efektów uczenia się	Forma zajęć dydaktycznych * wpisz symbol								
C. W50.	Student zna konsekwencje niewłaściwego odżywiania, w tym długotrwałego głodowania, przyjmowania zbyt obfitych posiłków i stosowania niebilansowanej diety oraz zaburzenia trawienia i wchłaniania produktów trawienia;										Dyskusja, realizacja zleconego zadania	SE								
C. W48.	Student zna konsekwencje niedoboru witamin lub minerałów i ich nadmiaru w organizmie.										Dyskusja, realizacja zleconego zadania	SE								
D. U9.	Student udziela porady w kwestii przestrzegania zaleceń terapeutycznych i prozdrowotnego trybu życia										Dyskusja, realizacja zleconego zadania	SE								
* WY - wykład; SE - seminarium; CA - ćwiczenia audytoryjne; CN - ćwiczenia kierunkowe-nieklinczne; CK - ćwiczenia kliniczne; CL - ćwiczenia laboratoryjne; CS - ćwiczenia w warunkach symulowanych; PP - zajęcia praktyczne przy pacjencie; LE - lektoraty, WF - zajęcia wychowania fizycznego; PZ - praktyki zawodowe; SK - samokształcenie kierowane, EL - E-learning																				
Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS):																				
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie itp.)												Obciążenie studenta								
1. Godziny w kontakcie bezpośrednim:												10								

2. Godziny w kształceniu zdalnym:	
3. Godziny indywidualnej pracy własnej studenta:	3
4. Godziny samokształcenia kierowanego:	n/d
Sumaryczny nakład pracy studenta:	13
Punkty ECTS za przedmiot:	0,5
Treść zajęć: (proszę wpisać hasłowo tematykę poszczególnych zajęć z podziałem na formę zajęć dydaktycznych, pamiętając, aby przekładała się ona na zamierzone efekty uczenia się)	
Wykłady – nie dotyczy	
Seminaria	
<ol style="list-style-type: none"> 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 – nie dotyczy	
Inne	
Literatura podstawowa: (wymienić wg istotności, nie więcej niż 3 pozycje)	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Nancy Peckenpaugh „Podstawy Żywienia i Dietoterapia” Urban&Partner 2012 	
Literatura uzupełniająca i inne pomoce: (nie więcej niż 3 pozycje)	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Zofia Wieczorek-Chełmińska „Diety niskoenergetyczne” Wydawnictwo Lekarskie PZWL 2010 2. Elżbieta Poniewierka red. „Dietetyka oparta na dowodach” MedPharm 2016 	
Warunki wstępne: (minimalne warunki, jakie powinien student spełnić przed przystąpieniem do przedmiotu)	
Brak warunków wstępnych	
Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: (określić formę, kryteria i warunki zaliczenia zajęć wchodzących w zakres przedmiotu, zasady dopuszczenia do egzaminu końcowego teoretycznego lub praktycznego, jego formę oraz wymagania jakie student powinien spełnić by go zdać, a także kryteria na poszczególne oceny)	
Zaliczenie odbywa się w bezpośrednim kontakcie z nauczycielem. W uzasadnionych przypadkach decyzją Rektora może odbyć się w formie zdalnej.	
Podstawą zaliczenia przedmiotu jest łączne spełnieni poniższych warunków:	
Obecność na zajęciach 100%, Czynny 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 zaliczenia przedmiotu na ocenę³

³ Weryfikacja musi obejmować wszystkie efekty uczenia się, realizowane podczas wszystkich form kształcenia w ramach danego 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 przygotował i zaprezentował prezentację ustną na wybrany temat.
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.
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.
	Kryteria zaliczenia przedmiotu na zaliczenie (bez oceny)
zaliczenie	

Ocena:	Kryteria oceny z egzaminu
Bardzo dobra (5,0)	
Ponad dobra (4,5)	
Dobra (4,0)	
Dość dobra (3,5)	
Dostateczna (3,0)	

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

Osoba odpowiedzialna za przedmiot:	dr Alicja Basiak-Rasała
Numer telefonu:	71 3282145
E-mail:	alicja.basiak-rasala@umed.wroc.pl

Wykaz osób prowadzących poszczególne zajęcia:				
Imię i nazwisko	Stopień / tytuł naukowy lub zawodowy	Dyscyplina naukowa	Wykonywany zawód	Forma prowadzenia zajęć
Alicja Basiak-Rasała	dr	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki/asystent	SE

Data opracowania sylabusu

23.06.2021

Imię i nazwisko autora (autorów) sylabusu:

dr Alicja Basiak-Rasała

Podpis Kierownika/ów jednostki/ek
Prowadzącej/yh zajęcia

Podpis Dziekana wydziału zlecającego przedmiot:

Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu
WYDZIAŁ LEKARSKI
Dziekan ds. kształcenia na kierunku lekarskim
Irena Kustrzeba - Wojcicka
dr hab. Irena Kustrzeba - Wojcicka, prof. nadzw.
(2)

Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu
KATEDRA I ZAKŁAD
MEDYCYN Y SPOŁECZNEJ
p.o. kierownika
Katarzyna Załomska
dr hab. n. med. Katarzyna Załomska, prof. uczelni

