

uu_uu	M ZTN1 62/1
Kierunek lub kierunki studiów	Zielarstwo i Terapie Roślinne
Nazwa modułu kształcenia, także nazwa w języku angielskim	Suplementy diety / Dietary supplements
Język wykładowy	polski
Rodzaj modułu kształcenia (obowiązkowy/fakultatywny)	fakultatywny
Poziom modułu kształcenia	studia pierwszego stopnia, niestacjonarne
Rok studiów dla kierunku	IV
Semestr dla kierunku	VIII
Liczba punktów ECTS z podziałem na kontaktowe/ niekontaktowe	5 (1,5/3,5)
Tytuł/ stopień/Imię i nazwisko osoby odpowiedzialnej	Dr Rafał Papliński
Jednostka oferująca przedmiot	Katedra Warzywnictwa i Roślin Leczniczych
Cel modułu	Nauka o zasadach stosowania, wskazaniach i przeciwwskazaniach, działaniach niepożądanych i mechanizmach działania suplementów diety
Treści modułu kształcenia – zwarty opis ok. 100 słów.	Definicja suplementu, uwarunkowania prawne, suplement diety a lek. Podziały suplementów diety, wprowadzanie do obrotu, reklama suplementów. Spożycie suplementów diety, problem niedożywienia i nadkonsumpcji. Suplementacja diety preparatami witaminowymi. Składniki mineralne i kwasy tłuszczowe jako składniki suplementów diety. Suplementy diety a choroby układu krążenia. Zastosowanie suplementacji diety w leczeniu otyłości i chorób metabolicznych. Suplementy diety w żywieniu dzieci i młodzieży. „Antidotum na starość”- suplementy diety w diecie ludzi po 65 roku życia. Suplementy diety występujące w roślinach, przegląd substancji aktywnych. Zastosowanie suplementów diety naturalnych i syntetycznych w profilaktyce chorób nowotworowych. Wpływ suplementacji na organizm ludzi uprawiających sport wyczynowo. Czynniki ryzyka, zagrożenia, negatywny wpływ suplementów na zdrowie ludzi.
Zalecana lista lektur lub lektury obowiązkowe	1.H.R. Gertig, J. Przysławski „Bromatologia. Zarys nauki o żywności i żywieniu” Wyd. Lekarskie PZWL 2007 2. I. Wawer „Suplementy diety dla ciebie” Wyd. Wektor 2009 3. M. Jarosz „Uważaj co jesz gdy zażywasz leki, interakcje między żywnością, suplementami diety a lekami” Wyd. Lekarskie PZWL 2007.
Planowane formy/działania/metody dydaktyczne	Wykład Ćwiczenia laboratoryjne, analiza ilościowa i jakościowa suplementów diety Prezentacje multimedialne Ćwiczenia obliczeniowe z użyciem tabel Opracowanie projektu diety z uwzględnieniem suplementacji

