

Kierunek lub kierunki studiów	Biokosmetologia
Nazwa modułu kształcenia	Suplementy diety i żywność prozdrowotna
	Dietary supplements and pro-healthy food
Język wykładowy	polski
Rodzaj modułu kształcenia (obowiązkowy/fakultatywny)	fakultatywny
Poziom modułu kształcenia	pierwszego stopnia
Forma studiów	stacjonarne
Rok studiów dla kierunku	III
Semestr dla kierunku	6
Liczba punktów ECTS z podziałem na kontaktowe/niekontaktowe	2 (1,52/0,48)
Tytuł / stopień, imię i nazwisko osoby odpowiedzialnej	Dr hab. Anna Winiarska-Mieczan, prof. uczelni
Jednostka oferująca moduł	Instytut Żywienia Zwierząt i Bromatologii Zakład Bromatologii i Fizjologii Żywienia
Cel modułu	Zapoznanie studenta z aktualną problematyką stosowania suplementów diety oraz żywności prozdrowotnej w biokosmetologii. Aktualne przepisy dotyczące suplementów diety. Składniki suplementów diety. Interakcje pokarmów i suplementów diety. Wykorzystanie suplementów diety w kosmetologii. Zagrożenia zdrowotne wynikające z nieprawidłowego stosowania suplementów diety. Żywność prozdrowotna – rodzaje i rynek. Teraźniejszość i przyszłość żywności prozdrowotnej. Wzory żywienia bogate w żywność zawierającą składniki bioaktywne.
Wymagania wstępne i dodatkowe	zaliczenie przedmiotów: chemia, biochemia, fizjologia człowieka
Treści modułu kształcenia	Aktualne przepisy dotyczące suplementów diety. Składniki suplementów diety. Zasady stosowania suplementacji. Interakcje pokarmów i suplementów diety. Oświadczenia żywieniowe a suplementy diety i żywność. Wykorzystanie suplementów diety w kosmetologii. Zagrożenia zdrowotne wynikające z nieprawidłowego stosowania suplementów diety. Żywność prozdrowotna (nutraceutyki, żywność funkcjonalna) - składniki bioaktywne, rodzaje i rynek. Produkty żywnościowe obfitujące w przeciwutleniacze oraz ich efekty prozdrowotne. Wzory żywienia bogate w żywność zawierającą składniki bioaktywne, np. Dieta śródziemnomorska, Dieta DASH, Dieta MIND. Teraźniejszość i przyszłość żywności prozdrowotnej i suplementów diety.
Zalecana lista lektur lub lektury obowiązkowe	<u>Literatura podstawowa</u> 1. Jarosz M.: Suplementy diety a zdrowie. Wydawnictwo Lekarskie PZWL. Warszawa. 2008.

	<p>2. Głabska D., Kozłowska L., Lange E., Włodarek D.: Dietoterapia. Wydawnictwo Lekarskie PZWL. Warszawa. 2014.</p> <p>3. Gawęcki J., Mossor-Pietraszewska T. (red.): Kompendium wiedzy o żywności, żywieniu i zdrowiu. PWN. Warszawa. 2004.</p> <p><u>Literatura uzupełniająca</u></p> <p>1. Czapski J., Górecka D. (red.): Żywność prozdrowotna. Składniki i technologia. Wydawnictwo Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu. Poznań. 2014.</p> <p>2. Jarosz M., Dzieniszewski J. 2004. Interakcje leków z żywnością i alkoholem. Wyd. Borgis. Warszawa. 2004.</p> <p>3. Świdorski F. (red.): Żywność wygodna i żywność funkcjonalna. Wydawnictwo Naukowo-Techniczne. Warszawa. 1999.</p> <p>4. Czasopisma: Bromatologia i Chemia Toksykologiczna Żywienie Człowieka i Metabolizm Medycyna Sportowa Journal of Elementology Polish Journal of Food and Nutrition Sciences Journal of Nutrition Education and Behavior</p>
Planowane formy/działania/metody dydaktyczne	Wykład, ćwiczenia audytoryjne (prelekcja, pokaz multimedialny) Ćwiczenia laboratoryjne w pracowni informatycznej (korzystanie z programu komputerowego Dietetyk wersja profesjonalna, wykonanie projektu)