

Karta opisu zajęć (sylabus)

Nazwa kierunku studiów	Biokosmetologia
Nazwa modułu, także nazwa w języku angielskim	Podstawy dietetyki Basics of dietetics
Język wykładowy	polski
Rodzaj modułu	fakultatywny
Poziom studiów	pierwszego stopnia
Forma studiów	stacjonarne
Rok studiów dla kierunku	III
Semestr dla kierunku	5
Liczba punktów ECTS z podziałem na kontaktowe/niekontaktowe	4 (2/2)
Tytuł naukowy/stopień naukowy, imię i nazwisko osoby odpowiedzialnej za moduł	Dr hab. Anna Winiarska-Mieczan, prof. uczelni
Jednostka oferująca moduł	Instytut Żywienia Zwierząt i Bromatologii Zakład Bromatologii i Fizjologii Żywienia
Cel modułu	Przedstawienie wiedzy obejmującej tematykę żywności, żywienia oraz znaczenia składników pokarmowych w żywieniu i ich wpływu na funkcjonowanie organizmu. Zapoznanie studenta z zasadami racjonalnego żywienia poszczególnych grup ludności. Pojęcie diety i jej roli w żywieniu ludzi chorych. Charakterystyka i zastosowanie diet leczniczych. Zapoznanie z zasadami planowania podstawowych diet. Modelowe diety.
Efekty uczenia się dla modułu to opis zasobu wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych, które student osiągnie po zrealizowaniu zajęć.	Wiedza:
	W1. Student zna elementy anatomii prawidłowej ciała, mechanizmy funkcjonowania organizmu ludzkiego.
	W2. Student zna ogólne zasady dietetyki i żywienia człowieka, zna podstawowe zagadnienia na temat terapii stosowanych w profilaktyce i terapii chorób skórnych.
	W3. Student zna współczesne trendy w kosmetologii, w tym istotę dietetycznego wsparcia postępowania kosmetycznego w zakresie pielęgnacji ciała i urody oraz opóźnienia procesów starzenia się skóry.
	Umiejętności:
U1. Student potrafi aktywnie promować zasady zdrowego stylu życia, dbać o pielęgnację ciała i urody, udzielać podstawowych informacji w zakresie diety,	

	<p>stosowania kosmetyków i doraźnej pomocy przedmedycznej.</p> <p>U2. Student potrafi ocenić wpływ substancji toksycznych, alergicznych, endokrynnych oraz czynników patogennych na stan czynnościowy organizmu.</p> <p>U3. Student potrafi wykonać zadania badawcze, praktyczne lub projektowe oraz przedstawić wyniki przy użyciu różnych technik prezentacji. Potrafi redagować teksty i przygotowywać wystąpienia oraz prezentacje multimedialne.</p> <p>Kompetencje społeczne:</p> <p>K1. Student ma świadomość skutków swojej działalności, w tym jej oddziaływania na środowisko i zdrowie człowieka.</p> <p>K2. Student potrafi pracować i współpracować w grupie podczas wykonywania pracy.</p>
Wymagania wstępne i dodatkowe	zaliczenie przedmiotów: chemia, biochemia, fizjologia człowieka
Treści programowe modułu	Tematyka przedmiotu obejmuje: Zasady żywienia człowieka. Podział produktów spożywczych. Piramida zdrowego żywienia. Źródła i rola w diecie składników pokarmowych i bioregulacyjnych. Procesy przemiany materii, bilans energetyczny organizmu. Normy żywienia poszczególnych grup ludności. Sposób żywienia i stan odżywienia organizmu a stan zdrowia. Żywność a procesy starzenia. Choroby przewlekłe niezakaźne i ich dietoterapia. Klasyfikacja i charakterystyka diet. Alergie i nietolerancje pokarmowe. Zasady żywienia w alergiach i nietolerancjach pokarmowych. Zaburzenia odżywiania.
Wykaz literatury podstawowej i uzupełniającej	<p>Literatura podstawowa:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bujko J. (red.). 2015. Podstawy dietetyki. Wyd. SGGW. 2. Saeed B., Gajewska D., Kozłowska L., Lange E., Myszkowska-Ryciak J., Włodarek D. 2015. Dietoterapia 1. Wyd. SGGW. 3. Jarosz M (red.). 2010. Praktyczny Podręcznik Dietetyki. Warszawa, Instytut Żywności i Żywienia. <p>Literatura uzupełniająca:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Jarosz M. 2017. Normy żywienia dla populacji Polski, Wyd. IŻŻ, Warszawa. 2. Peckenpaugh, Nancy J. 2012. Podstawy żywienia i dietoterapia. Elsevier Health Sciences, 3. Żywność i aktywność fizyczna w prewencji otyłości i innych chorób przewlekłych. 2010. Wyd. IŻŻ. 4. Placek W. (red.). 2016. Dieta w chorobach skóry. Wyd. Czelej. 5. Wieczorek-Chelmińska Z. 2004. Żywność w chorobach przewodu pokarmowego. PZWL, Warszawa

	Wieczorek-Chełmińska Z. 2008. Dieta oczyszczająca i regeneracyjna. Wyd. PZWL. Warszawa																														
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)																														
Sposoby weryfikacji oraz formy dokumentowania osiągniętych efektów uczenia się	W1, W2, W3 - uczestnictwo w ćwiczeniach praktycznych, wykonanie projektu, zaliczenie pisemne. U1, U2, U3 - ocena zrealizowanych diet podczas ćwiczeń praktycznych, ocena projektu diety K1, K2 – ocena aktywności podczas ćwiczeń praktycznych, ocena projektu. Formy dokumentowania osiągniętych wyników; dziennik prowadzącego, projekt, zaliczenie.																														
Bilans punktów ECTS	<table> <tr> <td>Wykłady</td> <td>13 godz.</td> <td>0,52 ECTS</td> </tr> <tr> <td>ćwiczenia</td> <td>30 godz.</td> <td>1,20 ECTS</td> </tr> <tr> <td>Konsultacje</td> <td>5 godz.</td> <td>0,2 ECTS</td> </tr> <tr> <td>Egzamin</td> <td>2 godz.</td> <td>0,08 ECTS</td> </tr> <tr> <td>RAZEM kontaktowe</td> <td>50 godz.</td> <td>2,0 ECTS</td> </tr> <tr> <td>przygotowanie do ćwiczeń</td> <td>6 godz.</td> <td>0,24 ECTS</td> </tr> <tr> <td>przygotowanie projektu</td> <td>20 godz.</td> <td>0,80 ECTS</td> </tr> <tr> <td>studiowanie literatury</td> <td>12 godz.</td> <td>0,48 ECTS</td> </tr> <tr> <td>przygotowanie do egzaminu</td> <td>12 godz.</td> <td>0,48 ECTS</td> </tr> <tr> <td>RAZEM niekontaktowe</td> <td>50 godz.</td> <td>2,0 ECTS</td> </tr> </table> <p>Łączny nakład pracy studenta to 100 godz. co stanowi 4 pkt. ECTS</p>	Wykłady	13 godz.	0,52 ECTS	ćwiczenia	30 godz.	1,20 ECTS	Konsultacje	5 godz.	0,2 ECTS	Egzamin	2 godz.	0,08 ECTS	RAZEM kontaktowe	50 godz.	2,0 ECTS	przygotowanie do ćwiczeń	6 godz.	0,24 ECTS	przygotowanie projektu	20 godz.	0,80 ECTS	studiowanie literatury	12 godz.	0,48 ECTS	przygotowanie do egzaminu	12 godz.	0,48 ECTS	RAZEM niekontaktowe	50 godz.	2,0 ECTS
Wykłady	13 godz.	0,52 ECTS																													
ćwiczenia	30 godz.	1,20 ECTS																													
Konsultacje	5 godz.	0,2 ECTS																													
Egzamin	2 godz.	0,08 ECTS																													
RAZEM kontaktowe	50 godz.	2,0 ECTS																													
przygotowanie do ćwiczeń	6 godz.	0,24 ECTS																													
przygotowanie projektu	20 godz.	0,80 ECTS																													
studiowanie literatury	12 godz.	0,48 ECTS																													
przygotowanie do egzaminu	12 godz.	0,48 ECTS																													
RAZEM niekontaktowe	50 godz.	2,0 ECTS																													
Nakład pracy związany z zajęciami wymagającymi bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	Wykłady 13 godz. Ćwiczenia 30 godz. Konsultacje 5 godz. Egzamin/egzamin poprawkowy 2 godz. RAZEM 50 godz., co stanowi 2 pkt. ECTS																														
Odniesienie modułowych efektów uczenia się do kierunkowych efektów uczenia się	Kod efektu modułowego – kod efektu kierunkowego W1- B11_W02 W2, W3 – B11_W01, B11_W11 U1, U2 - B11_U05, B11_U10, B11_U015 U3 - B11_U03 K1 – B11_K04 K2 – B11_K03																														