|  |  |
| --- | --- |
|  | **KARTA PRZEDMIOTU****Wydział Nauk o Zdrowiu****Kierunek studiów: Dietetyka****Forma studiów: niestacjonarne****Stopień studiów: licencjackie**Rok akademicki: 2024/2025 |

| Gerodietetyka |
| --- |
| NAZWA PRZEDMIOTU | **Gerodietetyka** |
| LICZBA PUNKTÓW ECTS | 4 |
| JĘZYK WYKŁADOWY | polski |
| PROWADZĄCY | dr Magdalena Stachura |
| OSOBA ODPOWIEDZIALNA | dr Magdalena Stachura |
| **LICZBA GODZIN** |
| KONWERSATORIUM | 15 |
| **CELE PRZEDMIOTU** |
| CEL 1 | Uzyskanie przez studenta wiedzy o procesach starzenia się organizmu i ich konsekwencjach fizjologicznych. |
| CEL 2 | Poznanie specyfiki żywienia osób w starszym wieku w zdrowiu i chorobie. |
| **EFEKTY UCZENIA SIĘ** |
| MW1 | Wiedza: Zna i rozumie ogólne zmiany w metabolizmie zachodzące w organizmie starzejącym się i starczym oraz zasady żywienia oraz normy żywieniowe osób w starszym wieku w zdrowiu i chorobie (EUK6\_W1; EUK6\_W5; EUK6\_W13). |
| MW2 | Wiedza: Zna i rozumie problematykę chorób przewlekłych u osób w starszym wieku, zna zasady rozpoznawania niedożywienia o różnej etiologii u osób starszych (EUK6\_W5; EUK6\_W11; EUK6\_W12). |
| MU1 | Umiejętności: Potrafi zaplanować odpowiednie zalecenia i postępowanie żywieniowe w odniesieniu do danej choroby wieku starczego (EUK6\_U1). |
| MK1 | Kompetencje społeczne: Świadomość konieczności stałego kształcenia się związanego z postępem wiedzy w zakresie gerodietetyki oraz własnych ograniczeń. Gotowość do taktownego i skutecznego zasugerowania pacjentowi potrzeby konsultacji w poradniach specjalistycznych, jeżeli zajdzie taka konieczność (EUK6\_KS1, EUK6\_KS3). |
| **WYMAGANIA WSTĘPNE** |
| Student zna podstawy biochemii i chemii żywności. Wymienia pozytywne i negatywne skutki oddziaływania składników pokarmowych i używek na organizm ludzki oraz potrafi w praktyce wskazać źródła naturalne poszczególnych składników odżywczych, zna ich znaczenie i pełnioną funkcję biologiczną i potrafi je wykorzystać w dietoterapii. Zna podstawy anatomii i fizjologii człowieka, ze szczególnym uwzględnieniem budowy i funkcji przewodu pokarmowego oraz mechanizmy wpływające na procesy trawienia i wchłaniania jelitowego, a także zależności pomiędzy przewodem pokarmowym a pozostałymi układami człowieka. Zna klasyfikację diet i rozumie rolę diety w leczeniu i profilaktyce chorób metabolicznych dorosłych ze szczególnym uwzględnieniem zaburzeń gospodarki węglowodanowej i cukrzycy oraz otyłości i zespołu metabolicznego. Zna zasady żywienia oraz normy żywieniowe dla poszczególnych grup wiekowych z uwzględnieniem aktywności fizycznej, a także stanu fizjologicznego w zdrowiu i chorobie. Zna podstawowe pojęcia z zakresu medycyny klinicznej, symptomatologię wybranych chorób przewlekłych oraz podstawy diagnostyki laboratoryjnej z ich zastosowaniem do oceny stanu odżywienia i efektów dietoterapii oraz leczenia żywieniowego. |
| TREŚCI PROGRAMOWE | **SZCZEGÓŁOWY OPIS BLOKÓW TEMATYCZNYCH** |
| KONWERSATORIUM 1 | Gerontologia i dziedziny pokrewne - znaczenie. Periodyzacja procesu starzenia. Starzenie się społeczeństwa w ujęciu demograficznym. Długość życia i długowieczność. Proces starzenia w ujęciu wielowymiarowym. Teorie starzenia się człowieka. Skład organizmu człowieka, w tym organizmu starzejącego się. Fizjologia starzenia i problemy geriatryczne. Geropsychologia. |
| KONWERSATORIUM 2 | Składniki odżywcze ich znaczenie, źródła naturalne oraz przyczyny i skutki niedoboru u osób starszych. Klasyfikacja i charakterystyka diet. Zasady prawidłowego żywienia osób starszych i w wieku podeszłym. Interakcje leków stosowanych przez osoby starsze z żywnością. Problemy w żywieniu i najczęstsze błędy żywieniowe u osób starszych. Kompleksowa ocena geriatryczna - ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia. Normy żywienia i wyżywienia osób starszych i w podeszłym wieku. |
| KONWERSATORIUM 3 | Klasyfikacja i charakterystyka wybranych chorób przewlekłych układu sercowo-naczyniowego, nerwowego i kostnego w wieku podeszłym i starczym z uwzględnieniem epidemiologii i symptomatologii. Żywienie osób starszych w profilaktyce oraz w wybranych chorobach układu sercowo-naczyniowego, układu nerwowego i układu kostnego. |
| KONWERSATORIUM 4 | Klasyfikacja i charakterystyka wybranych chorób przewlekłych układu moczowego oraz chorób nowotworowych w wieku podeszłym i starczym z uwzględnieniem epidemiologii i symptomatologii. Żywienie osób starszych w profilaktyce oraz w najczęstszych chorobach układu moczowego i w chorobach nowotworowych. |
| KONWERSATORIUM 5 | Klasyfikacja i charakterystyka wybranych chorób przewlekłych układu pokarmowego oraz chorób metabolicznych w wieku podeszłym i starczym z uwzględnieniem epidemiologii i symptomatologii. Żywienie osób starszych w profilaktyce oraz w wybranych chorobach przewodu pokarmowego. Żywienie osób starszych w chorobach metabolicznych. |
| METODY DYDAKTYCZNE |
| M1 | Konwersatorium |
| M2 | Prezentacja multimedialna |
| M3 | Burza mózgów |
| M4 | Dyskusja |
| **NAKŁAD PRACY STUDENTA** |
| GODZINY KONTAKTOWE Z NAUCZYCIELEM AKADEMICKIM | 15 godz. |
| GODZINY BEZ UDZIAŁU NAUCZYCIELA AKADEMICKIEGO | 85 godz., w tym:- zapoznanie się z literaturą - 25 godz.- praca własna studenta - opracowanie prezentacji na zaliczenie - 60 godz. |
| SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU | 100 godz. |
| **REGULAMIN ZAJĘĆ I WARUNKI ZALICZENIA** |
| Wszystkie zajęcia są obowiązkowe.Na zaliczenie:- opracowanie projektu w formie prezentacji dotyczącej wylosowanej jednostki chorobowej wieku starczego wraz ze wskazaniem zaleceń żywieniowych. Prezentacja winna zawierać: krótką charakterystykę danej choroby typowej dla wieku starczego (epidemiologia oraz symptomatologia) wraz z zaleceniami dietetycznymi i wskazaniem zalecanych i przeciwwskazanych produktów,- forma projektu: prezentacja graficzna aniżeli opisowa (ikony, zdjęcia, grafiki, schematy, tabele, hasła itp.). |
| **METODY OCENY POSTĘPU STUDENTÓW** |
| **W ZAKRESIE WIEDZY** | Projekt dotyczący znajomości chorób wieku starczego oraz zaleceń żywieniowych. |
| **W ZAKRESIE UMIEJĘTNOŚCI** | Ocena prezentacji dotyczącej charakterystyki wybranej jednostki chorobowej wieku starczego wraz ze wskazanymi zaleceniami żywieniowymi. |
| **W ZAKRESIE KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH** | Ocena aktywności na zajęciach. |
| **SPRAWDZIANY KSZTAŁTUJĄCE** | Projekt w formie prezentacji |
| **SPRAWDZIANY PODSUMOWUJĄCE****(I i II termin)** | Termin I: Projekt w formie prezentacji dot. charakterystyki wybranej jednostki chorobowej wieku starczego wraz ze wskazanymi zaleceniami żywieniowymi. Uzyskanie minimum wymagań na ocenę 3,0.Termin II: Projekt w formie prezentacji dot. charakterystyki wybranej jednostki chorobowej wieku starczego wraz ze wskazanymi zaleceniami żywieniowymi. Uzyskanie minimum wymagań na ocenę 3,0. |
| **KRYTERIA EGZAMINU/ ZALICZENIA Z OCENĄ** |
| **NA OCENĘ 3,0** | Projekt w formie prezentacji nie spełnienia w pełni wytycznych odnośnie treści i formy prezentacji - forma bardziej opisowa aniżeli graficzna z przewagą treści opisowych, brak zrozumienia tematu pracy w pełni, miejscami niepoprawna merytorycznie, zawiera błędy, nie zawiera wszystkich wymaganych elementów jak epidemiologia i symptomatologia oraz zalecenia żywieniowe ze wskazaniem zalecanych i przeciwwskazanych produktów do danej jednostki chorobowej wieku starczego. Dopuszczalne brak epidemiologii i symptomatologii omawianej choroby. W prezentacji pojedyncze treści zostały zaczerpnięte od innych autorów, prezentacja dotyczy jednostki chorobowej wylosowanej przez studenta. |
| **NA OCENĘ 3,5** | Projekt w formie prezentacji nie spełnienia w pełni wytycznych odnośnie treści i formy prezentacji - forma bardziej opisowa aniżeli graficzna z przewagą treści opisowych, brak zrozumienia tematu pracy w pełni, miejscami niepoprawna merytorycznie, zawiera błędy, nie zawiera wszystkich wymaganych elementów jak epidemiologia i symptomatologia oraz zalecenia żywieniowe ze wskazaniem zalecanych i przeciwwskazanych produktów do danej jednostki chorobowej wieku starczego. Dopuszczalne brak epidemiologii omawianej choroby. W prezentacji pojedyncze treści zostały zaczerpnięte od innych autorów, prezentacja dotyczy jednostki chorobowej wylosowanej przez studenta. |
| **NA OCENĘ 4,0** | Projekt w formie prezentacji spełnienia wytyczne odnośnie treści i formy prezentacji - forma graficzna z dopuszczalnymi hasłami i z pojedynczymi dłuższymi zdaniami opisowymi, z niewielkimi odstępstwami, zrozumienie tematu, poprawna merytorycznie ale z pojedynczymi błędami, zawiera większość wymaganych elementów, jak epidemiologia i symptomatologia oraz zalecenia żywieniowe ze wskazaniem zalecanych i przeciwwskazanych produktów do danej jednostki chorobowej wieku starczego. Ciekawy i oryginalny sposób interpretacji i zobrazowania graficznego, prezentacja dotyczy jednostki chorobowej wylosowanej przez studenta. |
| **NA OCENĘ 4,5** | Projekt w formie prezentacji spełnienia wytyczne odnośnie treści i formy prezentacji - forma graficzna z dopuszczalnymi hasłami, z niewielkimi odstępstwami, zrozumienie tematu, poprawna merytorycznie, zawiera wszystkie wymagane elementy, jak epidemiologia i symptomatologia oraz zalecenia żywieniowe ze wskazaniem zalecanych i przeciwwskazanych produktów do danej jednostki chorobowej wieku starczego, ciekawy i oryginalny sposób interpretacji i zobrazowania graficznego, prezentacja dotyczy jednostki chorobowej wylosowanej przez studenta. |
| **NA OCENĘ 5,0** | Projekt w formie prezentacji w pełni spełnienia wytyczne odnośnie treści i formy prezentacji - forma graficzna z dopuszczalnymi hasłami, pełne zrozumienie, poprawna merytorycznie, zawiera wszystkie wymagane elementy, jak epidemiologia i symptomatologia oraz zalecenia żywieniowe ze wskazaniem zalecanych i przeciwwskazanych produktów, zawarte informacje wykraczają poza treści podstawowe, ciekawy i oryginalny sposób interpretacji i zobrazowania graficznego, prezentacja dotyczy jednostki chorobowej wylosowanej przez studenta. |
| **LITERATURA OBOWIĄZKOWA** |
| [1] Ciborowska H., Ciborowski A., Dietetyka, żywienie zdrowego i chorego człowieka, PZWL,Warszawa 2021, wyd. 5.[2] Jarosz M., Żywienie osób w wieku starszym, PZWL, Warszawa 2014.[3] Marchewka A. (red.), Fizjologia starzenia się, PWN, Warszawa. 2012.[4] Kostka T., Koziarska-Rościszewska M., Choroby wieku podeszłego, PZWL, Warszawa 2009. |
| **LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA** |
| [1] Gawęcki J. (red.), Żywienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu Tom 1-3, WydawnictwoNaukowe PWN, Warszawa 2022.[2] Jarosz M., Bułhak-Jachymczyk B., Normy żywienia człowieka. Podstawy prewencji otyłości ichorób niezakaźnych, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2008.[3] Sobotka L. (red.), Podstawy żywienia klinicznego, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa2013.[4] Robbins J., Zdrowi stulatkowie, Purana, Wrocław 2006.[5] Hayflick L., Jak i dlaczego się starzejemy, Książka i Wiedza, Warszawa 1998. |