

# KARTA PRZEDMIOTU

Wydział Nauk o Zdrowiu  
Kierunek studiów: Kosmetologia  
Forma studiów: stacjonarne  
Stopień studiów: licencjackie  
Specjalności: Bez specjalności  
Rok akademicki: 2024/2025

NAZWA PRZEDMIOTU	
NAZWA PRZEDMIOTU	Substancje aktywne kosmetyków
LICZBA PUNKTÓW ECTS	2 pkt
JĘZYK WYKŁADOWY	Polski
PROWADZĄCY	wykłady: dr n. farm Agnieszka Kinga Uram
OSOBA ODPOWIEDZIALNA	dr n. farm Agnieszka Kinga Uram (forma kontaktu: adres preferowany agnieszka.zabiegala@gmail.com lub auram@afm.edu.pl)
LICZBA GODZIN	
WYKŁADY	15 godz.
CELE PRZEDMIOTU	
CEL 1	Podstawowym celem jest poznanie możliwości działania składników aktywnych w preparatach kosmetycznych i korzyści z tym związanych, jak również wskazań i konsekwencji związanych z stosowaniem wybranych składników w recepturach preparatów kosmetycznych o różnym przeznaczeniu.  Najbardziej podstawowe produkty należące do tej grupy to: środki oczyszczające, nawilżające oraz zawierające filtry słoneczne.
CEL 2	Przybliżenie i omówienie nieporozumień terminologicznych w klasyfikowaniu produktów jako dermokosmetyk, kosmeceutyk, fitokosmetyk, nutrikosmetyk w oparciu o przepisy regulujące stosowanie tych pojęć.
EFEKTY UCZENIA SIĘ <sup>1</sup>	
MW1	Zna i rozumie fenomen funkcjonowania skóry, budowę i funkcje biologiczne związków organicznych, rozumie główne szlaki metaboliczne i mechanizmy regulacji metabolizmu. Zna i rozumie podstawowe aspekty chemii w zakresie substancji aktywnych kosmetyków, niezbędne dla zawodu kosmetologa. (EUK6_W1, EUK6_W3)

<b>NAZWA PRZEDMIOTU</b>	
<b>MW2</b>	Zna i rozumie teoretyczne podstawy pielęgnacji i higieny skóry po interwencyjnych, zabiegach wspomagających odnowę biologiczną. Posiada wiedzę na temat ograniczeń i skutków ubocznych zabiegów kosmetycznych oraz niewłaściwego stosowania preparatów kosmetycznych. (EUK6_W6)
<b>MU1</b>	Potrafi stosować kosmetyki zgodnie z ich zastosowaniem i rozpoznaniem. Potrafi stosować zabiegi pielęgnacyjne właściwe dla wszystkich rodzajów skóry, a także zna wskazania i przeciwwskazania. (EUK6_U2, EUK6_U3)
<b>MK1</b>	Jest gotów do pracy w zespole, efektywnie wypełniając powierzone zadania, wykazując zdolności komunikacyjne oraz organizacyjne. (EUK6_KS2)
<b>WYMAGANIA WSTĘPNE<sup>2</sup></b>	
Znajomość podstawowych zagadnień uzyskanych na poziomie szkoły średniej w zakresie biologii oraz chemii.	
<b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>	<b>SZCZEGÓŁOWY OPIS BLOKÓW TEMATYCZNYCH</b>
<b>WYKŁAD 1</b>	Definiowanie pojęcia kosmetyk, dermokosmetyk, kosmeceutyk, fitokosmetyk, nutrikosmetyk. Różnice w kwestii rejestracji i regulacji prawnych a co za tym określenie potencjalnego działania na podstawie ewentualnych różnic potwierdzonych regulacjami prawnymi.
<b>WYKŁAD 2</b>	Filtry przeciwsłoneczne. Filtry UVA, UVB, UVA+UVB (szerokozakresowe), Bezpieczeństwo składników fotochronnych. Produkty po opalaniu, Samoopalacze.
<b>WYKŁAD 3</b>	Składniki o działaniu nawilżającymi natłuszczającym. Skład NMF. Składniki o działaniu nawilżającym, okluzyjnym, emolienty w kosmetykach i ich działanie. Składniki kosmetyków o właściwościach zmiękczających.
<b>WYKŁAD 4</b>	Preparaty i składniki oczyszczające skórę. Tenzyny w syntetycznych środkach myjących. Zalety i wady syntetycznych środków myjących. Mydła delikatne, płynne, transparentne, syndety, mydła kremowe.
<b>WYKŁAD 5</b>	Witaminy i ich działanie w kosmetykach. Witamina E, C, B - korzyści z stosowania w preparatach kosmetycznych. Stosowane stężenia, dane naukowe dotyczące skuteczności.
<b>WYKŁAD 6</b>	Metale stosowane w produktach kosmetycznych: cynk, chrom, żelazo, selen, glin, stront, silikon, magnez, wapń, chrom, srebro, tytan – korzyści z stosowania w preparatach kosmetycznych, dane naukowe dotyczące skuteczności.

<b>NAZWA PRZEDMIOTU</b>	
<b>WYKŁAD 7</b>	Retinoidy (retinol, retinal, tretynoina, propionian retinyłu, palmitynian retinyłu, adapalene, tezaroten). Metabolizm retinoidów stosowanych miejscowo, mechanizm działania, wykorzystanie w preparatach kosmetycznych, leczniczych oraz w kosmetologii medycznej/estetycznej, najczęściej stosowane stężenia w zależności od przeznaczenia preparatu. Skuteczność działania, a receptory retinoidowe w skórze Wskazania, przeciwwskazania oraz działania niepożądane.
<b>WYKŁAD 8</b>	Alfa-hydroksykwasy (AHA) i beta-hydroksykwasy (BHA) w preparatach kosmetycznych oraz produktach profesjonalnych. Działanie AHA (kwas mlekowy, migdałowy, glikolowy, jabłkowy, cytrynowy), Działanie BHA (kwas salicylowy). Stosowane stężenia w zależności od przeznaczenia preparatów, wskazania, przeciwwskazania, powikłania. Wykorzystanie poli-hydroksykwasow (PHA w kosmetologii.
<b>METODY DYDAKTYCZNE<sup>3</sup></b>	
<b>M1</b>	Prezentacje multimedialne
<b>M2</b>	Dyskusja, Burza mózgu
<b>M3</b>	Analiza danych (tekstów, przypadków)
<b>M4</b>	Metody e-learningowe
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA<sup>4</sup></b>	
<b>GODZINY KONTAKTOWE Z NAUCZYCIELEM AKADEMICKIM</b>	<b>15 godz.</b> (wykładów)
<b>GODZINY BEZ UDZIAŁU NAUCZYCIELA AKADEMICKIEGO</b>	<b>45 godz.</b> (5 godzin pod kątem omawianych tekstów na zajęcia, 40 godzin przygotowanie się do zaliczenia na koniec semestru)
<b>SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU</b>	<b>60 godz.</b> = 15 godzin w kontakcie z nauczycielem akademickim + 45 godz. bez udziału nauczyciela akademickiego
<b>REGULAMIN ZAJĘĆ I WARUNKI ZALICZENIA</b>	
Wszystkie zajęcia są obowiązkowe.	
<b>METODY OCENY POSTĘPU STUDENTÓW</b>	
<b>W ZAKRESIE WIEDZY<sup>5</sup></b>	Egzamin testowy – pytania jednokrotnego wyboru
<b>W ZAKRESIE UMIEJĘTNOŚCI<sup>6</sup></b>	Obserwacja i ocena wypowiedzi podczas przedstawiania swojego stanowiska/zdania na podstawie przeczytanych artykułów wskazanych wcześniej przez prowadzącego.

NAZWA PRZEDMIOTU	
<b>W ZAKRESIE KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH<sup>7</sup></b>	Obserwacja studenta podczas pracy/dyskusji w grupie, aktywność studenta na zajęciach
<b>SPRAWDZIANY KSZTAŁTUJĄCE<sup>8</sup></b>	Nie dotyczy
<b>SPRAWDZIANY PODSUMOWUJĄCE<sup>9</sup> (I i II termin)</b>	Termin I: egzamin testowy. Termin II: egzamin testowy
KRYTERIA EGZAMINU/ ZALICZENIA Z OCENĄ	
<b>NA OCENĘ 3,0</b>	51% do 59% poprawnych odpowiedzi
<b>NA OCENĘ 3,5</b>	60% do 70% poprawnych odpowiedzi
<b>NA OCENĘ 4,0</b>	71% do 80% poprawnych odpowiedzi
<b>NA OCENĘ 4,5</b>	81% do 90% poprawnych odpowiedzi
<b>NA OCENĘ 5,0</b>	91% do 100% poprawnych odpowiedzi
LITERATURA OBOWIĄZKOWA	
<p>[1] Kosmeceutyki (Seria Dermatologia kosmetyczna), Zoe Diana Draelos, red. wyd. pol. Andrzej Ignaciuk, Wydawca: Edra Urban &amp; Partner, Wrocław 2011</p> <p>[2] Receptura kosmetyczna z elementami kosmetologii: tom 1, Ryszard Glinka, Marzena Glinka, Wydawca: Oficyna Wydawnicza MA, Łódź 2008</p> <p>[3] Chemia w kosmetyce i kosmetologii. Zenon Sarbak Barbara Jachymska-Sarbak Agnieszka Sarbak, wyd. MedPharm, Wrocław 2013.</p>	
LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA	
<p>[1] Chemia Piękna Tom 1-2, Marcin Molski Wydawca: PWN, Rok wydania: 2021, Wydanie: II</p> <p>[2] Rośliny w kosmetyce i kosmetologii przeciwstarzeniowej, Eliza Lamer-Zarawska, Cezary Chwała, Antoni Gwardys, Wydawca: PZWL, 2012.</p> <p>[3] Literatura wskazana przez prowadzącego (wybrane rozdziały z ważnych opracowań literatury przedmiotu oraz wskazane przez prowadzącego artykuły naukowe)</p>	

<sup>1</sup> **Odnośnie Efektów uczenia się:** Można dodać własne, bardziej szczegółowe: np. student potrafi opracować Historię choroby, potrafi przedstawić wskazania do leczenia.... do zabiegu..... Ważne jest, aby treści zajęć korespondowały z zacytowanymi efekty kształcenia

<sup>2</sup> **W warunkach wstępnych** proszę nie wymieniać konieczności zaliczenia określonych przedmiotów, tylko uprzednio osiągnięte efekty uczenia, które są oczekiwane. (student zna anatomię, potrafi rozpoznać określone struktury w

---

obrazach Rtg czy Usg, a nie student zdał egzamin z Przestrzennej budowy ciała, albo z Podstaw diagnozowania obrazowego.

<sup>3</sup> **Wpisać metody dydaktyczne** np. Wykład, Konwersatorium, Dyskusja, Ćwiczenie laboratoryjne, Prezentacja multimedialna, Rozwiązywanie zadań, Metody e-learningowe, Analiza przypadku, Burza mózgów, Nauczanie przy łóżku chorego, Zajęcia praktyczne, Ćwiczenia komputerowe.

<sup>4</sup> Przy **Nakładzie pracy** studenta należy zwrócić uwagę na to, aby łączna liczba godzin (z Nauczycielem i bez) odpowiadała liczbie punktów ECTS, przy założeniu, że 1 punkt ECTS = 25-30 godzin.

<sup>5</sup> Sprawdziany **w zakresie wiedzy** to test wielokrotnego wyboru, sprawdzian pisemny złożony z pytań otwartych (ilu), sprawdzian ustny

<sup>6</sup> Sprawdziany **w zakresie umiejętności** to: demonstracja umiejętności (egzamin praktyczny, zaliczenie w formie Mini-Cex, a także opracowanie Historii choroby)

<sup>7</sup> Możliwa ocena **kompetencji społecznych** to: aktywność na zajęciach, obserwacja zachowania wobec pacjentów, kolegów, ocena pracy w grupie.

**5,6,7 Oczwiście nie wszystkie te sposoby muszą być zastosowane na każdym kursie.**

<sup>8</sup> Sprawdziany kształtujące np. kolokwia, prace śródsemestralne.

<sup>9</sup> Sprawdziany podsumowujące np. egzamin, zaliczenie końcowe. Uwzględnić sposób oceny w drugim terminie.