



# Kliniczne podstawy fizjoterapii

## Dietetyka

<b>1. METRYCZKA</b>	
Rok akademicki	2023/2024
Wydział	Lekarsko Stomatologiczny
Kierunek studiów	Fizjoterapia
Dyscyplina wiodąca	Nauki o Zdrowiu
Profil studiów	praktyczny
Poziom kształcenia	jednolite magisterskie
Forma studiów	stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu	obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się	zaliczenie
Jednostka prowadząca /jednostki prowadzące	Zakład Dietetyki Klinicznej Warszawa 01-445 Ul. Ciołka 27 tel. 22 877-35-97
Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	Prof. dr hab. n. o zdr. Dorota Szostak-Węgierek
Koordynator przedmiotu	Dr hab. n. med. Anna Jeznach-Steinhagen
Osoba odpowiedzialna za sylabus)	Dr hab. n. med. Anna Jeznach-Steinhagen, <a href="mailto:asteinhagen@wum.edu.pl">asteinhagen@wum.edu.pl</a>
Prowadzący zajęcia	Dr hab. N. med. Anna Jeznach-Steinhagen, dr hab .n. o zdr Aneta Czerwonogrodzka-Senczyna, dr n. med. Iwona Boniecka, prof. Dr hab. N. o zdr. Dorota Szostak-Węgierek, dr n. med. Damian Parol

<b>2. INFORMACJE PODSTAWOWE</b>			
Rok i semestr studiów	IV, semestr VIII	Liczba punktów ECTS	1,2
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ			

Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim	Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
wykład (W)		
seminarium (S)	20	0,8
ćwiczenia (C)		
e-learning (e-L)		
zajęcia praktyczne (ZP)		
praktyka zawodowa (PZ)		
<b>Samodzielna praca studenta</b>		
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń	9	0,4

### 3. CELE KSZTAŁCENIA

C1	Pogłębienie wiedzy nt. roli makroskładników pokarmowych, witamin i składników mineralnych w żywieniu człowieka oraz uzyskanie umiejętności obliczania zapotrzebowania energetycznego.
C2	Uzyskanie podstawowej wiedzy dotyczącej zasad racjonalnego żywienia zdrowych osób dorosłych i dzieci oraz postępowania dietetycznego w niektórych chorobach
C3	Rozszerzenie wiedzy nt zasad żywienia w wybranych dyscyplinach sportowych

### 4. STANDARD KSZTAŁCENIA – SZCZEGÓŁOWE EFEKTY UCZENIA SIĘ

Symbol i numer efektu uczenia się zgodnie ze standardami uczenia się	Efekty w zakresie (zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra NiSW z 26 lipca 2019)
--	--

#### Wiedzy – Absolwent\* zna i rozumie:

A.W1.	budowę anatomiczną poszczególnych układów organizmu ludzkiego i podstawowe zależności pomiędzy ich budową i funkcją w warunkach zdrowia i choroby, a w szczególności układu narządów ruchu
A.W2.	rodzaje metod obrazowania, zasady ich przeprowadzania i ich wartość diagnostyczną (zdjęcie RTG, ultrasonografia, tomografia komputerowa, rezonans magnetyczny);
A.W6.	podstawowe mechanizmy procesów zachodzących w organizmie człowieka w okresie od dzieciństwa przez dojrzałość do starości;
A.W7.	podstawowe procesy metaboliczne zachodzące na poziomie komórkowym, narządowym i ustrojowym, w tym zjawiska regulacji hormonalnej, reprodukcji i procesów starzenia się oraz ich zmian pod wpływem wysiłku fizycznego lub w efekcie niektórych chorób;
A.W18.	metody ogólnej oceny stanu zdrowia oraz objawy podstawowych zaburzeń i zmian chorobowych;

**Umiejętności – Absolwent\* potrafi:**

A.U1	rozpoznawać i lokalizować na fantomach i modelach anatomicznych zasadnicze struktury ludzkiego ciała, w tym elementy układu ruchu, takie jak elementy układu kostno-stawowego, grupy mięśniowe i poszczególne mięśnie;
A.U2	palpacyjnie lokalizować wybrane elementy budowy anatomicznej i ich powiązania ze strukturami sąsiednimi, w tym kostne elementy będące miejscami przyczepów mięśni i więzadeł oraz punkty pomiarów antropometrycznych, mięśnie powierzchowne oraz ścięgna i wybrane wiązki naczyniowo-nerwowe;
A.U4.	dokonać pomiaru i zinterpretować wyniki analiz podstawowych wskaźników czynności układu krążenia (tętno, ciśnienie tętnicze krwi), składu krwi oraz statycznych i dynamicznych wskaźników układu oddechowego, a także ocenić odruchy z wszystkich poziomów układu nerwowego w zakresie bezpiecznego stosowania metod fizjoterapii;

\*W załącznikach do Rozporządzenia Ministra NiSW z 26 lipca 2019 wspomina się o „absolwencie”, a nie studentie

**5. POZOSTAŁE EFEKTY UCZENIA SIĘ**

<b>Numer efektu uczenia się</b>	<i>(pole nieobowiązkowe)</i> <b>Efekty w zakresie</b>
---------------------------------	--

**Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:**

W1	
W2	

**Umiejętności – Absolwent potrafi:**

U1	
U2	

**Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:**

K1	dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych;
K2	korzystania z obiektywnych źródeł informacji;
K3	wdrażania zasad koleżeństwa zawodowego i współpracy w zespole specjalistów, w tym z przedstawicielami innych zawodów medycznych, także w środowisku wielokulturowym i wielonarodowościowym;

**6. ZAJĘCIA**

Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
Sem1	Makroskładniki pokarmowe . <b>Treści kształcenia:</b> TK 5. Białko – rola, źródła pokarmowe, niedobory i nadmierne spożycie, TK. 6. Tłuszcze – rola, źródła pokarmowe, niedobory i nadmierne spożycie, TK. 7. Węglowodany i błonnik pokarmowy – rola, źródła pokarmowe, niedobory i nadmierne spożycie.	A.W1, A.W2, A. W6, , A.U1, A. U2
Sem 2	Podstawowa i całkowita przemiana materii. <b>Treści kształcenia:</b> TK1. Zapotrzebowanie energetyczne człowieka, TK. 2. Ocena stanu odżywienia. TK.3. Niedożywienie- częstość występowania, rodzaje. TK. 4. Leczenie żywieniowe.	A.W1, A.W2, A. W6, A.U1, A. U2, A. U3, K1, K2

Sem 3	Mikroskładniki pokarmowe. Treści kształcenia: TK 8. Znaczenie wybranych składników mineralnych i witamin w żywieniu człowieka, <b>Treści kształcenia:</b> TK.9. Podział, zapotrzebowanie, źródła, skutki nadmiernego i niedoborowego spożycia	A.W1,A. W2, A.W6, , A.U1, A. U2
Sem 4	Zasady racjonalnego żywienia człowieka zdrowego. <b>Treści kształcenia:</b> TK. 10. Piramida zdrowego żywienia. TK. 11. Podstawowa kwalifikacja diet;	A.W1, A.W2, A.W6, , A.U1, A. U2, K2, K3
Sem 5	Zasady żywienia w wybranych jednostkach chorobowych; <b>Treści kształcenia:</b> TK. 14. Osteoporoza i choroby układu kostno-stawowego, TK. 15. Zasady żywienia pacjentów po udarze i pacjentów leżących przewlekłe;	A.W1, A.W2, A.W6, , A.U1, A. U2, K2, K3
Sem 6	Żywnie w sporcie (cz 1); <b>Treści kształcenia:</b> TK. 16 Dietetyk sportowy, rola dietetyka w sporcie, TK. 17. Podstawy żywienia w sporcie, TK. 18. Diety alternatywne w sporcie (np. wegetarianizm). Żywnie w wybranych dyscyplinach sportowych, TK. 20. Badanie składu ciała, TK. 21. Suplementy diety dla sportowców;- ELEARNING	A.W1, A.W2, A.W6, , A.U1, A. U2, k1, K2, K3
Sem 7	Żywnie w nadwadze, otyłości i zespole metabolicznym; <b>Treści kształcenia:</b> TK. 22. Epidemiologia, TK. 23. Przyczyny (w tym związane z trybem życia), TK. 24. Zasady rozpoznawania, TK. 25. Powikłania, TK. 26. Zasady leczenia z uwzględnieniem rodzaju stosowanych diet i chirurgii bariatrycznej, TK. 27. Rola aktywności fizycznej w zapobieganiu i leczeniu.	A.W1, A.W2, A.W6, , A.U1, A. U2, A. U4. , K1, K2, K3
Sem 8	Profilaktyka i leczenie miażdżycy, chorób układu sercowo-naczyniowego oraz zaburzeń lipidowych. <b>Treści kształcenia:</b> TK. 28. Tryb życia i jego wpływ na występowanie tych chorób, T28. Zasady postępowania dietetycznego	A.W1, A.W2, A.W6, , A.U1, A. U2, K1, K2, K3
Sem 9	Zasady żywienia różnych grup ludności. <b>Treści kształcenia:</b> TK. 12. Żywnie noworodków, niemowląt i dzieci, TK. 13. Żywnie osób starszych- zmiany zapotrzebowania	A.W1, A.W2, A.W6, , A.U1, A. U2, K1, K2, K3
Sem 10	Test zaliczeniowy.	

## 7. LITERATURA

### Obowiązkowa

1. Frączek B.,  
Krzywański J,  
Krzysztofiak H.  
Dietetyka w sporcie.

PZWL, Warszawa  
2019

2. Włodarek D.,  
Lange E.  
Współczesna  
dietoterapia,  
PZWL 2022

#### Uzupełniająca

1. Włodarek D, Lange E, Kozłowska L, Głąbska D. Dietoterapia, Wyd. PZWL, Warszawa 2014
2. Bates I. Sportowe kalorie czyli zdrowa dieta dla młodych sportowców, Wyd. PZWL, Warszawa 2017
3. Zydek G, Michalczyk M, Zajac A. Nowe trendy w żywieniu i suplementacji osób aktywnych fizycznie, Wyd. AWF Katowice, Katowice 2017
4. Celejowa I. Żywnienie w sporcie. Wyd. PZWL, Warszawa 2015
5. Boniecka I. Lisik W. Dietetyka w chirurgii bariatrycznej. PZWL. 2023
6. Jeznach-Steinhagen, Żywnienie osób z cukrzycą i chorobami towarzyszącymi. PZWL 2020
7. Szostak-Węgierek. D. Żywnienie osób starszych. PZWL 2020
8. Grzymisławski M. Dietetyka kliniczna PZWL 2019 Warszawa

## 8. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
W1, W2, W3, W4 U1, U2, U3, U4 K5, K6, K7	Zaliczenie w formie testu.	<i>Próg zaliczeniowy: minimum 65% odpowiedzi prawidłowych z testu</i>

## 9. INFORMACJE DODATKOWE

Osoba odpowiedzialna za dydaktykę: dr n. med. Anna Jeznach-Steinhagen (asteinhagen@wum.edu.pl)

Zajęcia odbywają się w Zakładzie Dietetyki Klinicznej:

ul. Erazma Ciołka 27

01-445 Warszawa

zzc@wum.edu.pl

1. Zapraszamy do pisania prac dyplomowych z zakresu dietetyki, żywienia, oceny stanu odżywienia oraz oceny zapotrzebowania energetycznego (Zakład dysponuje sprzętem do bioimpedancji oraz kalorymetrem)
2. Przy Zakładzie Dietetyki Klinicznej działa Koło Naukowe Dietetyków
3. Zakład organizuje corocznie Warszawskie Dni Dietetyki Klinicznej -bezpłatne zaproszenie dla studentów

Prawa majątkowe, w tym autorskie, do sylabusu przysługują WUM. Sylabus może być wykorzystywany dla celów związanych z kształceniem na studiach odbywanych w WUM. Korzystanie z sylabusu w innych celach wymaga zgody WUM.

### UWAGA

Końcowe 10 minut ostatnich zajęć w bloku/semestrze/roku należy przeznaczyć na wypełnienie przez studentów Ankiety Oceny Zajęć i Nauczycieli Akademickich