

Karta przedmiotu

Nazwa: Żywnienie kobiet ciężarnych i w laktacji		Kod:	ECTS: 1
Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot: Wydział Nauk o Zdrowiu			
Kierunek: Dietetyka			
Poziom PRK: 7/7			
Poziom: studia drugiego stopnia			
Profil: praktyczny			
Forma: studia stacjonarne			
Semestr: I			
Koordynator przedmiotu: dr n med. Magdalena Golachowska Prowadzący przedmiot: dr n med. Magdalena Golachowska			
Formy zajęć, sposób ich realizacji i przypisana im liczba godzin:			Nakład pracy studenta:
A. Formy zajęć	wykład	ćwiczenia	konwersatorium
B. Tryb realizacji	w sali dydaktycznej		
C. Liczba godzin	-	15	-
D. Sposób zaliczenia	-	ZO	-
A. Godziny kontaktowe: 15h/ 0,6 ECTS Udział w zajęciach: 15h		B. Praca własna studenta: 10h/ 0,4 ECTS Przygotowanie do zajęć: 5h Udział w konsultacjach: 2h Przygotowanie do zaliczenia: 3h	
Język wykładowy: język polski		Rodzaj przedmiotu: przedmiot kierunkowy	
		Wymagania wstępne: Student zna zasady racjonalnego żywienia, rolę poszczególnych składników w żywieniu człowieka, zna pojęcia norm żywieniowych. Zna podstawy anatomii i fizjologii człowieka oraz podstawy biochemii ogólnej.	
Metody dydaktyczne: Ćwiczenia: omawianie studium przypadku i opracowanie jadłospisów.		Metody i kryteria oceniania: A. Formy zaliczenia (weryfikacja efektów uczenia się) Sprawozdanie z analizy studium przypadku (efekty 1,2,3,4,5) B. Podstawowe kryteria ustalenia oceny Ustalenie oceny końcowej na podstawie punktów uzyskanych ze sprawozdań z analizy studium przypadku: %punktów: ocena 95-100 bardzo dobra 90-94 plus dobra 80-89 dobra 70-79 plus dostateczna 60-69 dostateczna <60 niedostateczna	
Skrócony opis: Przedmiot realizowany w formie ćwiczeń, których celem jest poszerzenie wiedzy studenta z zakresu żywienia kobiet w okresie prekoncepcyjnym, w ciąży, kobiet karmiących piersią, w różnych stanach chorobowych, z uwzględnieniem norm żywieniowych. Stosowaną metodą dydaktyczną jest studium przypadku.			

Opis:

Celem przedmiotu jest poszerzenie wiedzy studenta z zakresu żywienia kobiet w okresie prekonceptyjnym, w ciąży, kobiet karmiących piersią, w różnych stanach chorobowych. Szczególny nacisk jest położony na opracowanie zasad odżywiania i suplementacji, monitoringu stanu odżywienia w przypadkach kobiet z różnymi zaburzeniami metabolicznymi sprzed i w czasie ciąży, wsparcie dietoterapeutyczne dla kobiet z trudnościami w zajściu w ciążę. Przedmiot realizowany w formie ćwiczeń, a stosowaną metodą dydaktyczną jest studium przypadku i opracowanie szczegółowych zaleceń żywieniowych w formie sprawozdania.

Zakres tematów:

ustalenie zaleceń żywieniowych i przygotowanie jadłospisów dla kobiet starających się o ciążę, kobiet w ciąży i karmiących, które cierpią na:

- różne zaburzenia metaboliczne, np.: PCOS, endometriozę, insulinooporność, cukrzycę t2, niedoczynność tarczycy, nadwagę i otyłość, niedowagę
- różne dolegliwości, np.: nudności, obrzęki, zaparcia, anemię
- dla kobiet o szczególnych wymaganiach żywieniowych, np.: wegetarianek, weganek, z alergiami i nadwrażliwościami pokarmowymi

Literatura:**A. Literatura wymagana do ostatecznego zaliczenia zajęć**

- Aktualne zalecenia, rekomendacje i oficjalne stanowiska WHO, FAO oraz Polskiego Towarzystwa Ginekologów i Położników, Pediatricznego, Dietetyki, Psychodietetyki, Diabetologicznego, Polskiego Stowarzyszenia Dietetyków, Instytutu Matki i Dziecka
- Normy żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie, NCEZ, Instytut Żywienia i Żywności w Warszawie, 2020 https://www.pzh.gov.pl/wp-content/uploads/2020/12/Normy_zywienia_2020web-1.pdf

B. Literatura uzupełniająca

- Szostak-Węgierek D., Cichocka A., Żywnienie kobiet w ciąży. Wydawnictwo Lekarskie PZWL. Warszawa 2018

Efekty uczenia się (z odniesieniem do efektów kierunkowych):

Wiedza: student zna i rozumie

1. **(K_W02_WG)** Szczegółową budowę i funkcje organizmu człowieka, przyczyny zaburzeń i zmian chorobowych i dysfunkcji społecznych oraz metody ich oceny w zakresie dietetyki i żywienia człowieka

Umiejętności: student potrafi

2. **(K_U05_UW)** identyfikować błędy w zwyczajach żywieniowych kobiet w okresie prekonceptyjnym, ciążarnych i karmiących piersią, i korygować je
3. **(K_U06_UO)** wykorzystywać aspekty promocji zdrowia i właściwego sposobu żywienia kobiet

Kompetencje społeczne: student jest gotów do

4. **(K_K01_KK)** zasięgnięcia opinii ekspertów w przypadku trudności z samodzielnym rozwiązaniem problemu
5. **(K_K02_KK)** okazywania dbałości o prestiż związany z wykonywaniem zawodu dietetyka i właściwie pojętą solidarność zawodową