**Metody oceny stanu odżywienia***Methods of assessing nutritional status*

|  |  |
| --- | --- |
| **Program studiów dla przedmiotu obowiązujący od cyklu kształcenia** | 2025/2026 |
| **Kierunek studiów** | **Dietetyka** |
| **Rok i semestr studiów** | Rok I/ Semestr II |
| **Poziom kształcenia** | Studia I stopnia |
| **Profil kształcenia na kierunku** | Praktyczny |
| **Moduł kształcenia dla przedmiotu** | Kierunkowy |
| **Nazwa specjalizacji**(jeśli przedmiot specjalizacyjny) | - |
| **Status przedmiotu** | Obligatoryjny |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Forma zajęć** | **Liczba godzin** | **ECTS** | **Forma zaliczenia** | **Waga** |
|  | **Studia stacjonarne** | **Studia niestacjonarne** |  |  |  |
| Ćwiczenia | 30 | 16 | **4** | Zaliczenie na ocenę | 100% |
| **Razem za zajęcia dydaktyczne** | **30** | **14** |  |  |
| Praca własna studenta | 70 | 84 |  |  |
| **Ogółem** | **100** | **100** |  |  |

**Cele kształcenia dla przedmiotu**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Zapoznanie studentów z praktycznymi metodami oceny stanu odżywienia u pacjentów. |  |
|  | Praktyczna nauka przeprowadzania oceny stanu odżywienia z zastosowaniem różnych metod |  |
|  | Zwiększenie świadomości, że metody oceny stanu odżywienia opierają się na podstawach naukowych i są doskonalone wraz z postępemwiedzy; stąd rozumie potrzebę ciągłego aktualizowania i uzupełniania swojej wiedzy i umiejętności w tym zakresie |  |

**Efekty uczenia się**

|  |
| --- |
| **WIEDZA** |
| **L.p.** | **Efekty przedmiotowe**(Student zna i rozumie) | **Odniesienie do efektów kierunkowych** | **Metody weryfikacji** **efektów uczenia się** |
|  | Zna różne metody oceny stanu odżywienia, historii żywienia izwyczajów żywieniowych. | Diet\_WG13Diet\_WG14 | Kolokwium; udział w dyskusji, aktywność na zajęciach |

|  |
| --- |
| **UMIEJĘTNOŚCI** |
| **L.p.** | **Efekty przedmiotowe**(Student potrafi) | **Odniesienie do efektów kierunkowych** | **Metody weryfikacji****efektów uczenia się** |
|  | Potrafi przeprowadzić ocenę stanu odżywienia stosującnarzędzia kwestionariuszowe | Diet\_UW06 Diet\_UW07 | Opracowanie prezentacji i/lub projektu. Rozwiązywanie zadań i przykładów w trakcie zajęć. Udział w dyskusji. Aktywność na zajęciach |
|  | Potrafi przeprowadzić ocenę stanu odżywienia stosującmetodę wywiadu dietetycznego. | Diet\_UW06 Diet\_UW07 | Opracowanie prezentacji i/lub projektu. Rozwiązywanie zadań i przykładów w trakcie zajęć. Udział w dyskusji. Aktywność na zajęciach |
|  | Potrafi przeprowadzić badanie zwyczajów żywieniowychróżnych grup ludności. | Diet\_UW06 Diet\_UW07 | Opracowanie prezentacji i/lub projektu. Rozwiązywanie zadań i przykładów w trakcie zajęć. Udział w dyskusji. Aktywność na zajęciach |
|  | Potrafi sporządzić, prowadzić i interpretować kartę leczeniadietetycznego w warunkach szpitalnych. | Diet\_UW07 | Opracowanie prezentacji i/lub projektu. Rozwiązywanie zadań i przykładów w trakcie zajęć. Udział w dyskusji. Aktywność na zajęciach |
|  | Potrafi dokonać analizy i zinterpretować wyniki badania stanuodżywienia przeprowadzanego z użyciem różnych metod. | Diet\_UW06 Diet\_UW07 | Opracowanie prezentacji i/lub projektu. Rozwiązywanie zadań i przykładów w trakcie zajęć. Udział w dyskusji. Aktywność na zajęciach |

|  |
| --- |
| **KOMPETENCJE SPOŁECZNE** |
| **L.p.** | **Efekty przedmiotowe**(Student jest gotów do) | **Odniesienie do efektów kierunkowych** | **Metody weryfikacji****efektów uczenia się** |
|  | Ma świadomość swoich ograniczeń w interpretacji zależności między sposobem żywienia a stanem odżywienia i zdrowiem; jest gotowy do weryfikowania swojej wiedzy w sytuacjach niepewności oraz korzystania z pomocy innych ekspertów | Diet\_KK02 | Udział w dyskusji, aktywność na zajęciach |
|  | Jest świadomy, że metody oceny stanu odżywienia opierają się na podstawach naukowych i są doskonalone wraz z postępem wiedzy; stąd rozumie potrzebę ciągłego aktualizowania i uzupełniania swojej wiedzy i umiejętności w tym zakresie. | Diet\_KK03 | Udział w dyskusji, aktywność na zajęciach |
|  | Jest świadomy, że ocena stanu odżywienia wiąże się z odpowiedzialnością za zdrowie i bezpieczeństwo osób lub grup poddawanych tej ocenie oraz że wyniki takiej oceny stanowią podstawę do dalszego postępowania diagnostycznego lub leczniczego. | Diet\_KO01Diet\_KR01 | Udział w dyskusji, aktywność na zajęciach |

**Treści kształcenia**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **L.p.** | **Treść kształcenia (tematyka zajęć)** | **Liczba godzin** |
| **Forma zajęć** |
| **Studia stacjonarne** | **Studia niestacjonarne** |
|  | Podział, analiza i przegląd istniejących metod oceny stanu odżywienia | 4 | 2 |
|  | Jakościowa ocena sposobu żywienia | 4 | 2 |
|  | Zastosowanie norm żywienia człowieka w ocenie żywienia. Ocena adekwatności spożycia makroskładników, witamin, składników mineralnych, wody, elektrolitów i soli na podstawie norm żywienia | 10 | 6 |
|  | Zastosowanie wybranych mierników antropometrycznych do oceny stanu odżywienia. Analiza składu ciała | 2 | 1 |
|  | Formularze oceny stanu odżywienia stosowane w ramach karty leczenia żywieniowego | 2 | 1 |
|  | Ocena żywienia na poziomie grupowym | 4 | 2 |
|  | Konstruowanie indywidualnych kwestionariuszy wywiadu żywieniowego. Wywiad 24h | 4 | 2 |
|  | **Razem** | **30** | **16** |

**Metody kształcenia**

|  |  |
| --- | --- |
| **Forma zajęć**  | **Metody kształcenia**  |
| Ćwiczenia | Analiza przypadków i przykładówDyskusja, debata, burza mózgów, grywalizacjaRozwiązywanie zadań, ćwiczenia zespołowe, ćwiczenia laboratoryjne |

**Warunki zaliczenia**

|  |  |
| --- | --- |
| **Sposób zaliczenia** | **Wagi (%)** |
| Ćwiczenia |
| Kolokwium  | 30 |
| Wykonanie zadań / ćwiczeń / projektu podczas zajęć | 40 |
| Wykonanie zadań / ćwiczeń / projektu poza zajęciami | 20 |
| Obecność i aktywność na zajęciach | 10 |
| **Razem** | **100%** |

**Rozliczenie pracy własnej studenta**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **L.p.** | **Czynności w ramach pracy własnej** | **Szacowana liczba godzin** |
| **Studia stacjonarne** | **Studia niestacjonarne** |
|  | Przygotowanie do udziału w zajęciach (np. wstępna lektura, przygotowanie lub zgromadzenie materiałów, pomocy, przygotowanie referatu lub prezentacji na zajęcia itp.) | 5 | 9 |
|  | Wykonanie ćwiczeń lub zadań po zajęciach (jako utrwalenie lub rozszerzenie treści z odbytych zajęć) | 10 | 10 |
|  | Realizacja zadania projektowego poza zajęciami  | 10 | 20 |
|  | Lektura obowiązkowa  | 5 | 5 |
|  | Obowiązkowe zapoznanie się z innymi materiałami lub treściami (np. materiałami audio, wideo, narzędziami, pomocami, oprogramowaniem, sprzętem, aktami prawnymi, dokumentacją, warunkami miejsca pracy itp.) | 10 | 10 |
|  | Przygotowanie do kolokwium końcowego | 30 | 30 |
|  | Przygotowanie do udziału w zajęciach (np. wstępna lektura, przygotowanie lub zgromadzenie materiałów, pomocy, przygotowanie referatu lub prezentacji na zajęcia itp.) | 5 | 9 |
|  | **Razem** | **70** | **84** |

**Literatura obowiązkowa**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | Gronowska-Senger A.., Senger M. Ocena żywienia [w:] Żywienie człowieka, t. 1 (red. J. Gawęcki) 2022, s. 644-674 |
| 2 |  Charzewska J., Bieńko N. Ocena stanu odżywienia [w:] Żywienie człowieka, t. 1 (red. J. Gawęcki) 2022, s. 675-697 |
| 3 | Jarosz M., Rychlik E., Stoś K., Charzewska J. (red.). Normy Żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie 2020 |
| 4 | Ciborowska H.., Ciborowski A. Leczenie żywieniowe [w:] Dietetyka. Żywienie zdrowego i chorego człowieka 2021, s. 452-471 |

**Literatura uzupełniająca**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | Gawęcki J. (red.). Kwestionariusz do badania poglądów i zwyczajów żywieniowych oraz procedura opracowania danych, wydanie II uzupełnione 2020 |
| 2 | Stoś K., i wsp. Krajowe badanie sposobu żywienia i stanu odżywienia populacji polskiej 2021 |
| 3 | Klimek, A. i wsp. Metody pomiaru dobowego i treningowego wydatku energetycznego [w:] Dietetyka sportowa 2019, s. 855-875 |
| 4 | Stoś K. i wsp.. Krajowe badanie sposobu żywienia i stanu odżywienia populacji polskiej, 2021 |
| 5 | Anyżewska A., i wsp. Association between Diet, Physical Activity and Nutritional Status of Male Border Guard Officers, International Journal of Environmental Research and Public Health, 2022, 19, 5305. DOI: 10.3390/ijerph19095305. |
| 6 | Anyżewska A., i wsp. Association Between Diet, Physical Activity and Body Mass Index, Fat Mass Index and Bone Mineral Density of Soldiers of the Polish Air Cavalry Units, Nutrients, 2020, 12, 242, DOI: 10.3390/nu12010242 |
| 7 | Anyżewska A., i wsp. Rapid Weight Loss and Dietary Inadequacies among Martial Arts Practitioners from Poland, International Journal of Environmental Research and Public Health, 2018, 6, 15(11), 2476, DOI: 10.3390/ijerph15112476. |

**Inne materiały dydaktyczne**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. | Gawęcki J. (red.) . Kwestionariusz do badania poglądów i zwyczajów żywieniowych oraz procedura opracowania danych, wydanie II uzupełnione, 2020 |