

KARTA MODUŁU 2023/2024

I. OGÓLNE INFORMACJE O MODULE							
COLLEGIUM WITELONA UCZELNIA PAŃSTWOWA							
WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU I KULTURZE FIZYCZNEJ							
Kierunek studiów:	Dietetyka						
Poziom studiów:	I stopień						
Profil studiów:	praktyczny						
Forma studiów:	stacjonarne						
Nazwa modułu:	Żywienie kobiet ciężarnych i w okresie laktacji						
Rodzaj modułu:	obowiązkowy/nieobowiązkowy						
Język wykładowy:	Język polski*						
Rok studiów:	3	Formy prowadzenia zajęć wraz z liczbą godzin dydaktycznych:					
Semestr:	5	Wykład	Laboratorium	Ćwiczenia	Seminarium	Zajęcia praktyczne	Praktyki zawodowe
Liczba punktów ECTS ogółem:	2	15	15	-	-	-	-
Forma zaliczenia:	Zaliczenie na ocenę						
Wymagania wstępne:	Podstawowa wiedza, umiejętności oraz kompetencje w zakresie żywienia człowieka i dietetyki						
II. CELE KSZTAŁCENIA							
Cele kształcenia:							
<p>Cel 1: Zapoznanie z właściwym zapotrzebowaniem na składniki pokarmowe w zależności od stopnia odżywienia, wieku, wykonywanej pracy i sytuacji zdrowotnej kobiety oraz w różnych stanach fizjologicznych.</p> <p>Cel 2: Zapoznanie z klasyfikacją i charakterystyką diet dla kobiet ciężarnych.</p> <p>Cel 3: Zapoznanie z zasadami żywienia kobiet w okresie laktacji.</p>							
III. EFEKTY UCZENIA SIĘ WRAZ Z ODNIESIENIEM DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH ORAZ METODY WERYFIKACJI EFEKTÓW							
Efekt	Student, który zaliczył moduł w zakresie:					Odniesienie do efektów kierunkowych	Metody weryfikacji
wiedzy:							
1	Zna metody oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia z uwzględnieniem dzieci i młodzieży.					K1D_W16	Kolokwium
2	Ma wiedzę z zakresu zaleceń i norm żywieniowych, zasad żywienia różnych grup społecznych ludzi w zdrowiu i w chorobie, w tym typy stosowanych diet. Zna powiązania między nieprawidłowym żywieniem, a wybranymi chorobami, przyczynami i skutkami zaburzeń odżywiania z uwzględnieniem profilaktyki żywieniowej w wybranych chorobach.					K1D_W18	Kolokwium
3	Definiuje pojęcia związane ze zdrowiem i stylem życia. Zna wpływ aktywności fizycznej na stan zdrowia. Zna zasady zdrowego i racjonalnego żywienia, poradnictwa żywieniowego i zdrowego stylu życia.					K1D_W23	Kolokwium
Umiejętności:							
1	Potrafi wybrać i zastosować metodologię pozyskiwania informacji na temat sposobu żywienia pacjenta/grupy ludności oraz ich przetwarzania w oparciu o narzędzia informatyczne, a także sporządzić pisemny raport w oparciu o pozyskane dane.					K1D_U04	Kolokwium
2	Potrafi określić sposób żywienia, stan odżywienia, zdefiniować problemy żywieniowe różnych grup ludności, osób zdrowych i chorych oraz zaplanować diety i wdrożyć żywienie dostosowane do ich potrzeb.					K1D_U11	Kolokwium
3	Umie posługiwać się aktualnymi zaleceniami żywieniowymi i normami stosowanymi w zakładach żywienia zbiorowego i żywieniu człowieka.					K1D_U14	Kolokwium
4	Potrafi określić wartość odżywczą i energetyczną diet na podstawie tabel wartości odżywczej produktów spożywczych i typowych potraw oraz w oparciu o programy komputerowe.					K1D_U15	Kolokwium

kompetencji społecznych:			
1	Przestrzega zasad etyki zawodowej. Przestrzega tajemnicy obowiązującej pracowników. Ma świadomość znaczenia społecznej, zawodowej i etycznej odpowiedzialności za wysoką jakość żywności i żywienia.	K1D_K04	Obserwacja
IV. TREŚCI PROGRAMOWE			
Treści programowe (tematyka zajęć, zaprezentowana z podziałem na poszczególne formy zajęć z określeniem liczby godzin potrzebnych na ich realizację)			
Wykład			
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S	
Wykład 1	Znaczenie prawidłowego żywienia kobiety planujących ciążę. Ocena stanu odżywienia. Niepłodność kobieca- interwencje dietetyczne.	2	
Wykład 2	Ogólne zasady prawidłowego żywienia się kobiet w okresie rozrodczym. Wpływ otyłości i nadmiernego przyrostu masy ciała w ciąży na przebieg porodu i powikłań okołoporodowych.	3	
Wykład 3	Zasady żywienia dla kobiet w I, II, III trymestrze ciąży. Dieta w chorobach matki wikłających przebieg ciąży. Niedobory składników krwiotwórczych u ciężarnych- dietoterapia.	3	
Wykład 4	Zasady żywienia po porodzie. Stosowanie diet podczas karmienia.	2	
Wykład 5	Zasady żywienia kobiety karmiącej. Przyczyny niedoboru substancji odżywczych. Produkty spożywcze wspomagające wytwarzanie mleka. Wpływ diety matki podczas laktacji na skład pokarmu.	2	
Wykład 6	Spożywanie cukru, soli, alkoholu i używek jako zagrożenia dla zdrowia kobiet. Substancje antyodżywcze zawarte w żywności wpływające na rozwój płodu. Suplementacja u kobiet ciężarnych- zalecenia Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego.	3	
Laboratorium			
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S	
Laboratorium 1	Przeprowadzanie 24-godzinnego wywiadu żywieniowego oraz wywiadu klinicznego u kobiet planujących ciążę.	2	
Laboratorium 2	Opracowanie jadłospisów dekadowych dla kobiet ciężarnych w I, II i III trymestrze ciąży.	5	
Laboratorium 3	Opracowanie jadłospisów dekadowych dla kobiet karmiących.	2	
Laboratorium 4	Opracowanie jadłospisów dekadowych dla kobiet ciężarnych z cukrzycą ciążową.	2	
Laboratorium 5	Opracowanie jadłospisów dekadowych dla kobiet ciężarnych z niedokrwistością.	2	
Laboratorium 6	Opracowanie materiałów edukacyjnych dla kobiet planujących ciążę, kobiet w ciąży oraz kobiet podczas laktacji.	2	
V. METODY KSZTAŁCENIA, NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE			
1. Metody kształcenia: <ul style="list-style-type: none"> • Wykłady informacyjne • Wykłady problemowe • Zajęcia laboratoryjne - obliczeniowe • Analiza przypadku • Dyskusja, praca w zespole 2. Narzędzia (środki) dydaktyczne: <ul style="list-style-type: none"> • Projektor/tablica multimedialna • Tablica • Sprzęt do praktycznej nauki zawodu 			
VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU			

1. Sposób zaliczenia:

- egzamin
- zaliczenie z oceną
- zaliczenie bez oceny

2. Forma zaliczenia modułu.

Zaliczenie na ocenę

Kryteria oceny formującej*:**

- Kolokwium
- Obserwacja zachowań

Kryteria oceny podsumowującej***

5,0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, planuje i wykonuje zadania. Przestrzega zasad etycznych w dietetyce. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje najwyższe oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

4,5 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, planuje i wykonuje zadania. Przestrzega zasad etycznych w dietetyce. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje 80% najwyższych oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

4,0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, planuje i wykonuje zadania. Przestrzega zasad etycznych w dietetyce. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje 60% najwyższych oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

3,5 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wykonuje podstawowe zadania, wymagające korekty ze strony prowadzącego. Przestrzega zasad etycznych w dietetyce. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje poprawne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

3,0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wykonuje podstawowe zadania, wymagające korekty ze strony prowadzącego. Przestrzega zasad etycznych w dietetyce. Uczęszcza na zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje pozytywne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

2,0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wykonane zadania są nieprawidłowe, większość wymaga korekty ze strony prowadzącego, brak samodzielności w wykonaniu czynności i zadań, nie przestrzega zasad bezpieczeństwa oraz zasad etycznych w dietetyce. Uczestniczy nieregularnie na zajęcia, nie jest do nich przygotowany i uzyskuje negatywne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

3. Podstawowe kryteria oceny lub wymagania egzaminacyjne określone są indywidualnie, jednak powinny zachować adekwatność wobec zaplanowanych efektów uczenia się

VII. BILANS PUNKTÓW ECTS - NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta
Liczba godzin realizowanych przy bezpośrednim udziale nauczyciela (godziny kontaktowe)	30
Udział w wykładach	15
Udział w innych formach zajęć	15
Inne (-)	-
Samodzielna praca studenta (godziny niekontaktowe)	20
Przygotowanie do wykładu	5
Przygotowanie do innych form zajęć	10
Przygotowanie do egzaminu	5
Przygotowanie do zaliczenia innych zajęć	
Inne (np. gromadzenie materiałów do projektu, kwerenda internetowa, opracowanie prezentacji multimedialnej itp.)	-
Łączna liczba godzin	50
Punkty ECTS za moduł	2

VIII. ZALECANA LITERATURA

Literatura podstawowa:

- 1: Szostak-Węgierek D., Żywnienie w okresie ciąży i karmienia piersią, PZWL, Warszawa 2021
- 2: Muł K.: Karmienie piersią poradnictwo i promocja. MedPharm Polska, Wrocław 2008.
- 3: Ciborowska H., Rudnicka A.: Dietetyka. Żywnienie zdrowego i chorego człowieka. Wyd. Lekarskie PZWL, Warszawa 2009.
- 4: Cypryk K., Wender-Ożegowska E. (red.), Cukrzyca i ciąża, Wydawnictwo Medycyna Praktyczna, Kraków 2021

Literatura uzupełniająca:

1. Murkoff H., Mazel S.: W oczekiwaniu na dziecko. Rebis, Warszawa, 2008.
 2. Żywnienie kliniczne. Red. W. Łysia-Szydłowska. Via Medica, Gdańsk, 2000.
 3. Wybrane zagadnienie z nauki o żywieniu człowieka. Red. J. Biernat. Wyd. Uniwersytetu Przyrodniczego we Wrocławiu, Wrocław 2009.
 4. Kopeć I., Problemy hematologiczne w okresie ciąży, „Hematologia” 2016.
 5. Wiesner A., Paško P., Stosowanie suplementów u kobiet ciężarnych w świetle najnowszych rekomendacji Polskiego Towarzystwa Ginekologów i Położników, „Farm Pol” 2021.
- Bręborowicz G.H., *Położnictwo*, Tom 2: *Medycyna Matczyno-Płodowa*, PZWL, Warszawa 2012
6. Lesińska-Sawicka M., Planowanie ciąży a stosowanie używek w czasie ciąży przez kobiety z wybranych krajów europejskich, „Problemy Higieny i Epidemiologii” 2011.
 7. Kapka-Skrzypczak L., Niedźwiecka J., Skrzypczak M., Diatczyk J., Wojtyła A., Dieta ciężarnej a ryzyko wad wrodzonych dziecka, „Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu” 2011.

*należy odpowiednio wypełnić

**należy wpisać formę/formy przypisane do modułu określone w programie studiów (wykład, ćwiczenia, seminarium, konwersatorium, lektorat, laboratorium, warsztat, projekt, zajęcia praktyczne, zajęcia terenowe, zajęcia wychowania fizycznego, praktyka zawodowa, inne)

*** należy wpisać odpowiednie kryteria oceny