



Pomorski Uniwersytet Medyczny w Szczecinie

SYLABUS ZAJĘĆ Informacje ogólne

Nazwa ZAJĘĆ: Żywnienie w okresie ciąży i pediatrii	
Rodzaj ZAJĘĆ	Obieralny
Wydział PUM	Wydział Stomatologii
Kierunek studiów	lekarsko-dentystyczny
Specjalność	-
Poziom studiów	jednolite magisterskie
Forma studiów	stacjonarne/niestacjonarne
Rok studiów /semestr studiów	Rok 2/semestr IV
Liczba przypisanych punktów ECTS	2
Formy prowadzenia zajęć (liczba godzin)	Wykłady 15h; ćwiczenia 10h
Sposoby weryfikacji i oceny efektów uczenia się *	☒ zaliczenie na ocenę: ☐ opisowe ☒ testowe lub ☒ praktyczne ☐ ustne ☐ zaliczenie bez oceny ☐ egzamin końcowy: ☐ opisowy ☐ testowy ☐ praktyczny ☐ ustny
Kierownik jednostki	Prof. dr hab. n.med. i n. zdr. Małgorzata Szczuko
Adiunkt dydaktyczny lub osoba odpowiedzialna za przedmiot	Prof. dr hab. n.med. i n. zdr. Małgorzata Szczuko Małgorzata.szczuko@pum.edu.pl
Nazwa i dane kontaktowe jednostki	Samodzielna Pracownia Bromatologii i Diagnostyki Żywnieniowej Al. Powstańców Wlkp. 72; budynek MCD1; I piętro; pok. 111; Tel. 914661644; bdz@pum.edu.pl
Strona internetowa jednostki	www.pum.edu.pl/studia_iii_stopnia/ informacje_z_jednostek/wfbmiml/
Język prowadzenia zajęć	polski

* zaznaczyć odpowiednio, zmieniając ☐ na ☒

Informacje szczegółowe

Cele zajęć		Przekazanie wiedzy o znaczeniu prawidłowego żywienia w okresie ciąży i w różnych etapach rozwoju dziecka ma kolosalne znaczenie. Kształcenie umiejętności oceny stanu odżywienia kobiet ciężarnych, niemowląt i dzieci oraz planowania zbilansowanej diety w oparciu o aktualne normy i zalecenia. A także uświadomienie związku między wczesnymżywieniem a programowaniem metabolicznym i prewencją chorób cywilizacyjnych
Wymagania wstępne w zakresie	Wiedzy	Podstawy biologii i fizjologii
	Umiejętności	Umiejętność oceny zasad racjonalnego żywienia w różnych okresach życia i stanie fizjologicznym oraz wiarygodności danych uzyskanych w badaniach naukowych
	Kompetencji społecznych	Dostrzeganie i rozpoznawanie własnych ograniczeń i potrzeb edukacyjnych

EFEKTY UCZENIA SIĘ			
lp. efektu uczenia się	Student, który zaliczył ZAJĘCIA wie/umie/potrafi:	SYMBOL (odniesienie do) efektów uczenia się dla kierunku	Sposób weryfikacji efektów uczenia się*
W01	zna i rozumie funkcje życiowe człowieka	B.W17	K/R
W02	Zna wpływ stresu oksydacyjnego na komórki i jego znaczenie w patogenezie chorób oraz w procesie starzenia się organizmu	C.W9	K/R
W03	zna i rozumie wpływ na organizm człowieka czynników fizycznych, chemicznych i biologicznych oraz awitaminoz i stresu	E.W3	K/R
W04	zna i rozumie wpływ odżywiania oraz używania alkoholu i innych substancji psychoaktywnych przez kobietę w ciąży na rozwój płodu	E.W.18	K/R
W05	zna i rozumie zasady motywowania pacjenta do zachowań prozdrowotnych i zachowania człowieka sprzyjające zachowaniu zdrowia	D.W9	K/R
U01	potrafi obsługiwać proste przyrządy pomiarowe i oceniać dokładność wykonywanych pomiarów	B.U6	O/S
U02	potrafi wykonywać proste testy czynnościowe oceniające stan organizmu człowieka jako układu regulacji stabilnej (testy obciążeniowe i wysiłkowe) i interpretować dane liczbowe dotyczące podstawowych zmiennych fizjologicznych	B.U7	O/S
U03	potrafi analizować przebieg kliniczny chorób w procesach patologicznych	C.U5	O/S
U04	potrafi podejmować działania zmierzające do poprawy jakości życia pacjenta i	D.U10	O/S

	zapobiegania pogorszeniu się jej w przyszłości		
U05	potrafi przeprowadzać diagnostykę różnicową najczęstszych chorób	E.U1	O/S
U06	potrafi interpretować wyniki badań laboratoryjnych	E.U.4	O/S
K01	jest gotów do kierowania się dobrem pacjenta	K.2	O/S
K02	jest gotów do dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych	K.5	O/S
K03	jest gotów do formułowania wniosków z własnych pomiarów lub obserwacji	K.8	O/S

Tabela efektów UCZENIA SIĘ w odniesieniu do formy zajęć							
lp. efektu uczenia się	Efekty uczenia się	Forma zajęć					
		Wykład	Seminarium	Ćwiczenia	Ćwiczenia kliniczne	Symulacje	Inne formy
W01	zna i rozumie funkcje życiowe człowieka	x					
W02	Zna wpływ stresu oksydacyjnego na komórki i jego znaczenie w patogenezie chorób oraz w procesie starzenia się organizmu	x					
W03	zna i rozumie wpływ na organizm człowieka czynników fizycznych, chemicznych i biologicznych oraz awitaminoz i stresu	x					
W04	zna i rozumie wpływ odżywiania oraz używania alkoholu i innych substancji psychoaktywnych przez kobietę w ciąży na rozwój płodu	x					
W05	zna i rozumie zasady motywowania pacjenta do zachowań prozdrowotnych i zachowania człowieka sprzyjające zachowaniu zdrowia	x					
U01	potrafi obsługiwać proste przyrządy pomiarowe i oceniać dokładność wykonywanych pomiarów			x			
U02	potrafi wykonywać proste testy czynnościowe oceniające stan organizmu człowieka jako układu regulacji stabilnej (testy obciążeniowe i wysiłkowe) i interpretować dane liczbowe dotyczące podstawowych zmiennych fizjologicznych			x			
U03	potrafi analizować przebieg kliniczny chorób w procesach patologicznych			x			
U04	potrafi podejmować działania zmierzające do poprawy jakości życia pacjenta i zapobiegania pogorszeniu się jej w przyszłości			x			
U05	potrafi przeprowadzać diagnostykę różnicową najczęstszych chorób			x			
U06	potrafi interpretować wyniki badań laboratoryjnych			x			
K01	jest gotów do kierowania się dobrem pacjenta			x			

K02	jest gotów do dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych			x				
K03	jest gotów do formułowania wniosków z własnych pomiarów lub obserwacji			x				

TABELA TREŚCI PROGRAMOWYCH			
lp. treści programowej	Treści programowe	Liczba godzin	Odniesienie do efektów uczenia się do ZAJĘĆ
Semestr letni			
Wykłady			
TK01	Najczęstsze trudności z zajściem w ciążę u kobiet (PCOS; endometrioza)	2	W01; W02; W03; W05
TK02	Planowanie ciąży i okres ciąży a prawidłowe żywienie	2	W01; W02; W03; W04; W05
TK03	Podstawy fizjologii żywienia u dzieci i noworodków	2	W01; W03; W05
TK04	Karmienie piersią i mleko modyfikowane Rozszerzanie diety niemowląt	2	W01; W03; W05
TK05	Żywienie dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym	2	W01; W03; W05
TK06	Żywienie w stanach chorobowych wieku dziecięcego	2	W01; W03; W05
TK07	Żywienie wczesne a programowanie metaboliczne	1	W01; W02; W04; W05
TK08	Ocena stanu odżywienia dzieci	2	W03; W04; W05
Ćwiczenia			
TK01	Normy żywienia i planowanie jadłospisu	3	U01; U03; U04; K01
TK02	Dieta – aplikacja, składowe prawidłowo ułożonego jadłospisu	3	U01; U02; U04; K01; K02; K03
TK03	Dieta – niemowlę narażone na alergie pokarmowe	3	U02; U03; U04; U05; K01; K02; K03
TK04	Kolokwium i omówienie/Referat i omówienie	1	U01; U02; U03; U04; U05; K03

Zalecana literatura:
Literatura podstawowa
1. Normy żywienia dla populacji Polski – NPZ; 2025r. pod red. Ewa Rychlik, Katarzyna Stoś, Agnieszka Woźniak, Hanna Mojska. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.pzh.gov.pl/wp-content/uploads/2025/01/normy-02.01.pdf
2. Nutrition Strategy and Life Style in Polycystic Ovary Syndrome-Narrative Review. Nutrients. 2021 Jul 18;13(7):2452. doi: 10.3390/nu13072452
3. Dietary Natural Compounds and Vitamins as Potential Cofactors in Uterine Fibroids Growth and Development. Nutrients, 09 Feb 2022, 14(4):734. https://doi.org/10.3390/nu14040734
4. Jarosz, M.; Rychlik, E.; Stoś, K.; Charzewska, J. Copyright by the National Institute of Public Health—National Institute of Hygiene. 2020.
Literatura uzupełniająca:

5. The Role of Arachidonic and Linoleic Acid Derivatives in Pathological Pregnancies and the Human Reproduction Process. Int J Mol Sci. 2020 Dec 17;21(24):9628.doi: 10.3390/ijms21249628.

Nakład pracy studenta	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [h] W ocenie (opinii) nauczyciela
Godziny kontaktowe z nauczycielem	25
Przygotowanie do ćwiczeń/seminarium	10
Czytanie wskazanej literatury	10
Napisanie raportu z laboratorium/ćwiczeń/przygotowanie projektu/referatu itp.	10
Przygotowanie do kolokwium/kartkówki	15
Przygotowanie do egzaminu	
Inne	
Sumaryczne obciążenie pracy studenta	70
Punkty ECTS	
Uwagi	
Dobór formy weryfikacji EKK w zależności od liczebności grupy i współpracy/zaangażowania grupy	

*Przykładowe sposoby weryfikacji efektów uczenia się:

EP – egzamin pisemny

EU – egzamin ustny

ET – egzamin testowy

EPR – egzamin praktyczny

K – kolokwium -test jednokrotnego wyboru 30 pytań z materiałów udostępnionych podczas wykładów

R – referat

S – sprawdzenie umiejętności praktycznych w czasie trwania ćwiczeń

RZC – raport z ćwiczeń z dyskusją wyników

O – ocena aktywności i postawy studenta w czasie trwania ćwiczeń

SL – sprawozdanie laboratoryjne

SP – studium przypadku

PS – ocena umiejętności pracy samodzielnej

W – kartkówka przed rozpoczęciem zajęć

PM – prezentacja multimedialna

i inne