kol pol



**SYLABUS ZAJĘĆ**

**Informacje ogólne**

|  |  |
| --- | --- |
| **Nazwa ZAJĘĆ: Suplementy diety a bezpieczeństwo konsumenta 2024/2025** | |
| Rodzaj ZAJĘĆ | Obieralny |
| Wydział PUM | Wydział Farmacji, Biotechnologii Medycznej i Medycyny Laboratoryjnej |
| Kierunek studiów | Analityka Medyczna  Biotechnologia Medyczna  Farmacja |
| Specjalność | - |
| Poziom studiów | Pierwszego stopnia / jednolite magisterskie |
| Forma studiów | stacjonarne |
| Rok studiów /semestr studiów | I rok I stopnia, semestr II / I rok mgr, semestr II |
| Liczba przypisanych punktów ECTS | 1 |
| Formy prowadzenia zajęć  (liczba godzin) | Wykłady (10 godz elerning, 5 godz online ) |
| Sposoby weryfikacji i oceny efektów uczenia się [[1]](#footnote-1) | **☒**zaliczenie na ocenę:  **☒** opisowe  ☐ testowe  ☐ praktyczne  ☐ ustne  ☐ zaliczenie bez oceny  ☐ egzamin końcowy:  ☐ opisowy  ☐ testowy  ☐ praktyczny  ☐ ustny |
| Kierownik jednostki | Prof. dr hab. Izabela Gutowska  [izabela.gutowska@pum.edu.pl](about:blank) |
| Adiunkt dydaktyczny lub osoba odpowiedzialna za przedmiot | dr n. med. Wojciech Żwierełło  [wojciech,zwierello@pum.edu.pl](about:blank)  tel. 914661644 |
| Nazwa i dane kontaktowe jednostki | Zakład Chemii Medycznej [chemia@pum.edu.pl](about:blank) ; tel. 914661644 |
| Strona internetowa jednostki | [https://www.pum.edu.pl/studia\_iii\_stopnia/](about:blank)  informacje\_z\_jednostek/wfbmiml/  zakad\_chemii\_medycznej/ |
| Język prowadzenia zajęć | polski |

**Informacje szczegółowe**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele zajęć | | Podstawowym celem nauczania przedmiotu jest zapoznanie studentów z głównymi grupami suplementów diety, ich dziennym zapotrzebowaniem oraz działaniem w zależności od stosowanej dawki i opisanymi w literaturze interakcjami z lekami.  W trakcie realizacji programu zostaną ponadto omówione zagadnienia dotyczące znaczenia i bezpieczeństwa suplementacji w różnych grupach konsumentów, takich jak sportowcy, seniorzy, dzieci, kobiety w ciąży, czy też osoby zmagające się z określonym schorzeniem.  Po ukończeniu kursu studenci będą również posiadać wiedzę na temat różnic pomiędzy suplementem diety a lekiem, zasad wprowadzania suplementów diety na rynek oraz metod monitorowania bezpieczeństwa ich stosowania.. |
| Wymagania wstępne w zakresie | Wiedzy | Posiadanie wiedzy z zakresu biologii i chemii na poziomie szkoły średniej. |
| Umiejętności | Umiejętność samodzielnej nauki w sposób ukierunkowany. |
| Kompetencji społecznych | Posiadanie nawyku samokształcenia. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **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 różnice pomiędzy lekiem a suplementem diety |  | PM  Zaliczenie na podstawie potwierdzonego uczestnictwa w wymaganej regulaminem liczbie wykładów oraz pozytywna ocena (min. 3,0) z opracowanego przez studenta tematu  z zakresu tematyki dotyczącej bezpieczeństwa suplementów diety (w formie prezentacji multimedialnej lub referatu) |
| W02 | posiada wiedzę na temat głównych grup suplementów diety wyodrębnionych na podstawie ich składu i przeznaczenia oraz specyfiki rynku suplementów diety |  |
| W03 | zna najważniejsze akty prawne i regulacje dotyczące suplementów diety, zasady wprowadzania suplementów diety do obrotu oraz nadzoru i monitorowania ich jakości i bezpieczeństwa |  |
| W04 | ma wiedzę na temat: zatwierdzonych maksymalnych dziennych poziomów spożycia najważniejszych składników suplementów diety (takich jak witaminy, składniki mineralne i roślinne), działań niepożądanych i znanych interakcji suplementów z lekami |  |
| W05 | zna zasady prawidłowej suplementacji w różnych grupach konsumentów, takich jak sportowcy, dzieci, seniorzy, kobiety w okresie rozrodczym i ciąży |  |
| W06 | ma wiedzę na temat bezpieczeństwa i znaczenia suplementów diety w wybranych jednostkach chorobowych |  |
| U01 | posiada umiejętność korzystania ze specjalistycznej literatury naukowej krajowej i zagranicznej |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tabela efektów UCZENIA SIĘ w odniesieniu do formy zajęć** | | | | | | | | |
| **lp. efektu uczenia się** | **Efekty uczenia się** | **Forma zajęć** | | | | | | |
| **Wykład** | **Seminarium** | **Ćwiczenia** | **Ćwiczenia kliniczne** | **Symulacje** | **E-learning** | **Inne formy** |
| 1. | W01 | X |  |  |  |  |  |  |
| 2. | W02 | X |  |  |  |  |  |  |
| 3. | W03 | X |  |  |  |  |  |  |
| 4. | W04 | X |  |  |  |  |  |  |
| 5. | W05 | X |  |  |  |  |  |  |
| 6. | W06 | X |  |  |  |  |  |  |
| 7. | U01 | X |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TABELA TREŚCI PROGRAMOWYCH** | | | |
| **lp. treści programowej** | **Treści programowe** | **Liczba godzin** | **Odniesienie do efektów uczenia się do ZAJĘĆ** |
| **Semestr letni** | | | |
| **Wykłady** | | | |
| TK01 | Suplement diety a lek cz I (elerning) | 2 | W01, W03 |
| TK02 | Suplement diety a lek cz II (elerning) | 2 | W01, W02, W04 |
| TK03 | Skład i klasyfikacja suplementów diety. część I (elerning) | 2 | W01, W02, W03, W04, U01 |
| TK04 | Skład i klasyfikacja suplementów diety. część II (elerning) | 2 | W02, W04, W05, W06, U01 |
| TK05 | Zagrożenia związane ze stosowaniem suplementów diety (elerning) | 2 | W02, W04, W05, W06, U01 |
| TK06 | Suplementy diety w badaniach naukowych- na podstawie przygotowanych prezentacji (online) | 5 | G.U3, U01 |

|  |
| --- |
| **Zalecana literatura:** |
| 1. Jarosz M. Suplement diety a zdrowie. Warszawa: [PZWL Wydawnictwo Lekarskie](about:blank); 2020. |
| 2. Normy żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie pod red. Jarosz M i wsp. Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego – Państwowy Zakład Higieny, 2020. |

|  |  |
| --- | --- |
| **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 | 15 |
| Przygotowanie do ćwiczeń/seminarium | 2 |
| Czytanie wskazanej literatury | 3 |
| Napisanie raportu z laboratorium/ćwiczeń/przygotowanie projektu/referatu itp. | 10 |
| Przygotowanie do kolokwium/kartkówki | - |
| Przygotowanie do egzaminu | - |
| Inne ….. | - |
| Sumaryczne obciążenie pracy studenta | 30 |
| Punkty ECTS | 1 |
| **Uwagi** | |
| BRAK | |

\*Przykładowe sposoby weryfikacji efektów uczenia się:

EP – egzamin pisemny

EU – egzamin ustny

ET – egzamin testowy

EPR – egzamin praktyczny

K – kolokwium

R – referat

S – sprawdzenie umiejętności praktycznych

RZĆ – raport z ćwiczeń z dyskusją wyników

O – ocena aktywności i postawy studenta

SL – sprawozdanie laboratoryjne

SP – studium przypadku

PS – ocena umiejętności pracy samodzielnej

W – kartkówka przed rozpoczęciem zajęć

PM – prezentacja multimedialna

i inne

1. zaznaczyć odpowiednio, zmieniając **☐** na **☒** [↑](#footnote-ref-1)