UNIWERSYTET JAGIELLOŃSKI
COLLEGIUM MEDICUM

Tłuszcze w diecie - wróg czy przyjaciel. Przegląd badań

Karta opisu przedmiotu

Informacje podstawowe

Jednostka organizacyjna
Wydział Lekarski

Kierunek studiów
Dietetyka

Poziom kształcenia
pierwszego stopnia

Forma studiów
stacjonarne

Profil studiów
praktyczny

Dyscypliny
Nauki o zdrowiu

Klasyfikacja ISCED
0912 Medycyna

Kod USOS
LE.DI.1S.1f1608

Cykl dydaktyczny
2026/27

Rok realizacji
2026/27

Języki wykładowe
polski

Blok zajęciowy
obowiązkowy do zaliczenia w toku studiów

Obligatoryjność
fakultatywny

Forma weryfikacji uzyskanych efektów uczenia się
zaliczenie na ocenę

Koordynator przedmiotu	Elżbieta Sochacka-Tatara
Prowadzący zajęcia	Pełna lista prowadzących dostępna na stronie usosweb.uj.edu.pl w zakładce Katalog → Przedmioty.

Okresy Semestr 1, Semestr 2	**Forma weryfikacji uzyskanych efektów uczenia się** zaliczenie na ocenę **Forma prowadzenia i godziny zajęć** seminarium: 15 ćwiczenia: 15	**Liczba punktów ECTS** 2.0

Wymagania wstępne i dodatkowe

Wymagania wstępne

obecność na zajęciach jest obowiązkowa; w przypadku **usprawiedliwionej** nieobecności obowiązuje zaliczenie efektów kształcenia na podstawie zadań zleconych przez prowadzącego. Zasady usprawiedliwiania nieobecności zgodne z regulaminem studiów UJ.

Cele kształcenia dla przedmiotu

C1	- pogłębienie wiedzy na temat tłuszczy, ich budowy, właściwości, zapotrzebowania i roli w organizmie
C2	- przedstawienie aktualnych wyników badań na temat roli tłuszczy w etiopatogenezie wybranych chorób
C3	- wykształcenie umiejętności krytycznej oceny dostępnych publikacji naukowych oraz formułowania wniosków w oparciu o zdobyte informacje

Efekty uczenia się dla przedmiotu

Kod	Efekty w zakresie	Kierunkowe efekty uczenia się	Metody weryfikacji
Wiedzy – Student zna i rozumie:			
W1	budowę, rolę i funkcję oraz zapotrzebowanie organizmu człowieka na tłuszcze	DET_KPI_W02	obserwacja pracy studenta, ocena grupy, Krytyczna analiza doniesień oryginalnych
W2	przemiany zachodzące w trakcie pozyskiwania, przechowywania i obróbki termicznej tłuszczy	DET_KPI_W02	obserwacja pracy studenta, ocena grupy, Krytyczna analiza doniesień oryginalnych
W3	główne źródła tłuszczy w diecie oraz ich los w organizmie człowieka	DET_KPI_W02	obserwacja pracy studenta, ocena grupy, Krytyczna analiza doniesień oryginalnych
W4	korzystne i niekorzystne działanie tłuszczy pochodzących z diety	DET_KPI_W02	obserwacja pracy studenta, ocena grupy, Krytyczna analiza doniesień oryginalnych
Umiejętności – Student potrafi:			
U1	interpretować wyniki badań oraz wyciągać wnioski w oparciu o badania naukowe	DET_KPI_U01	obserwacja pracy studenta, ocena grupy, Krytyczna analiza doniesień oryginalnych
U2	przygotować syntezę najważniejszych informacji, przedstawić swoją opinię i podjąć dyskusję na temat roli tłuszczy w etiopatogenezie chorób z wykorzystaniem specjalistycznej terminologii	DET_KPI_U05	obserwacja pracy studenta, ocena grupy, Krytyczna analiza doniesień oryginalnych
U3	ocenić wiarygodność doniesienia i poszukiwać sprawdzonych źródeł informacji na temat żywienia	DET_KPI_U01	obserwacja pracy studenta, ocena grupy, Krytyczna analiza doniesień oryginalnych
Kompetencji społecznych – Student jest gotów do:			
K1	krytycznej oceny własnej wiedzy i publikowanych informacji	DET_KPI_K01	obserwacja pracy studenta, ocena grupy, Krytyczna analiza doniesień oryginalnych

Bilans punktów ECTS

Rodzaje zajęć studenta	Średnia liczba godzin* przeznaczonych na zrealizowane rodzaje zajęć
seminarium	15
konsultacje indywidualne	2
ćwiczenia	15
przygotowanie do ćwiczeń	23
kształcenie samodzielne	5

Łączny nakład pracy studenta	**Liczba godzin** 60
Liczba godzin kontaktowych	**Liczba godzin** 30
Nakład pracy związany z zajęciami o charakterze praktycznym	**Liczba godzin** 15

* godzina (lekcyjna) oznacza 45 minut

Treści programowe

Lp.	Treści programowe	Efekty uczenia się dla przedmiotu	Formy prowadzenia zajęć
1.	Lipidy- budowa, charakterystyka, podział	W1	ćwiczenia, seminarium
2.	Rola tłuszczy i zapotrzebowanie organizmu człowieka	W1	seminarium
3.	Tłuszcze jadalne, zmiany zachodzące w trakcie pozyskiwania, przechowywania i obróbki termicznej	W2, W3	seminarium
4.	Co jest dostępne na rynku - charakterystyka tłuszczy roślinnych i zwierzęcych dostępnych komercyjnie	W3	ćwiczenia, seminarium
5.	Jak czytać publikacje naukowe?	U1, U2, U3	ćwiczenia, seminarium
6.	Tłuszcze a choroby układu krążenia	W4, U1, U2, U3, K1	ćwiczenia, seminarium
7.	Tłuszcze a zaburzenia metaboliczne	W4, U1, U2, U3, K1	ćwiczenia, seminarium
8.	Tłuszcze a choroby nowotworowe	W4, U1, U2, U3, K1	ćwiczenia, seminarium
9.	Tłuszcze a otyłość	W4, U1, U2, U3, K1	ćwiczenia, seminarium
10.	Tłuszcze a przebieg ciąży i zdrowie dziecka	W4, U1, U2, U3, K1	ćwiczenia, seminarium
11.	Tłuszcze trans	W2, W4, U1, U2, U3, K1	ćwiczenia, seminarium
12.	"Tłuste” diety	W3, W4	ćwiczenia, seminarium
13.	Podsumowanie - jeść, unikać, a może suplementować? Potencjalne mechanizmy działania tłuszczy pokarmowych	W4, U1, U2, U3, K1	ćwiczenia, seminarium

Informacje rozszerzone

Metody nauczania:

Analiza tekstów, Ćwiczenia, Dyskusja, Seminarium, Wykład z prezentacją multimedialną

Rodzaj zajęć	Metody zaliczenia	Warunki zaliczenia przedmiotu
seminarium	obserwacja pracy studenta	aktywny udział w zajęciach
ćwiczenia	Krytyczna analiza doniesień oryginalnych, ocena grupy	przygotowanie krytycznej analizy materiałów dostarczonych przez prowadzącego (w tym w j. angielskim) i prezentacja wyników w trakcie zajęć. Kryterium zalicznia - uzyskanie co najmniej 60% z maksymalnej możliwej do osiągnięcia liczby punktów

Dodatkowy opis

1. Obecność na zajęciach jest obowiązkowa.
2. Maksymalna liczba usprawiedliwionych nieobecności nie może przekroczyć 20% z godzin kontaktowych w ramach kursu (3 zajęcia).
3. Student ma obowiązek zaliczenia nieobecności na zajęciach - termin i sposób zaliczenia wyznacza osoba prowadząca zajęcia.
4. Zajęcia zaliczne są na podstawie aktywnego uczestnictwa w zajęciach oraz przygotowania krytycznej analizy artykułu.
5. Ocena końcowa wyliczana jest jako średnia arytmetyczna z ocen (wyrażonych w %) uzyskanych z poszczególnych ćwiczeń. Dodatkowo prowadzący może uwzględnić ocenę uzyskaną z aktywności.
Kryteria oceny:
93%-100% - bardzo dobry; 85% -92% - dobry plus; 77% - 84% - dobry; 69% - 76% - dostateczny plus; 60% - 68% - dostateczny; 59% i mniej - niedostateczny

Literatura

Obowiązkowa

1. Henryk Gertig, Juliusz Przysławski: Bromatologia. Zarys nauki o żywności i żywieniu. PZWL, Warszawa, 2018
2. Artykuły wskazane przez prowadzącego

Dodatkowa

1. Helena Ciborowska, Anna Rudnicka: Żywienie zdrowego i chorego człowieka. PZWL, Warszawa, 2009
2. artykuły samodzielnie wyszukane przez studenta po wcześniejszej weryfikacji przez prowadzącego zajęcia

Zasady korzystania z narzędzi SI

Korzystanie z narzędzi sztucznej inteligencji odbywa się wyłącznie z zachowaniem wymogów określonych w obowiązujących przepisach prawa. Wykorzystanie narzędzi sztucznej inteligencji nie może prowadzić do naruszenia zasad rzetelności i uczuciowości akademickiej, w szczególności poprzez przypisywanie sobie autorstwa treści, wyników lub efektów pracy wytworzonych z wykorzystaniem sztucznej inteligencji.

Kierunkowe efekty uczenia się

Kod	Treść
DET_KPI_K01	Absolwent jest gotów do krytycznej oceny własnej wiedzy oraz informacji pochodzących z różnych źródeł, poszukiwania rozwiązań problemów w oparciu o rzetelną wiedzę naukową i opinie ekspertów
DET_KPI_U01	Absolwent potrafi wykorzystywać zaawansowaną wiedzę teoretyczną w celu rozwiązywania złożonych problemów w praktyce dietetyka, dokonywać krytycznej oceny i wyboru informacji i odpowiednich źródeł tych informacji i na tej podstawie formułować wnioski pozwalające na rozwiązanie problemów praktycznych
DET_KPI_U05	Absolwent potrafi skutecznie komunikować się z pacjentami/klientami, współpracownikami oraz ekspertami, przedstawić swoje opinie i sądy oraz wiedzę z wykorzystaniem terminologii specjalistycznej, podjąć dyskusję na tematy związane z dietetyką oraz porozumieć się z przedstawicielami innych dyscyplin
DET_KPI_W02	Absolwent zna i rozumie w zaawansowanym stopniu: fakty i teorie dotyczące budowy organizmu człowieka, ze szczególnym uwzględnieniem układu pokarmowego, fakty i teorie dotyczące budowy i właściwości fizycznych i chemicznych żywności, procesów technologicznych oraz ich znaczenia w kontekście wpływu żywienia na zdrowie człowieka