



ABC żywieniowe w praktyce lekarza internisty

1. METRYCZKA

Rok akademicki	2026/2027
Wydział	Lekarski
Kierunek studiów	Lekarski
Dyscyplina wiodąca	Nauki medyczne
Profil studiów	Ogólnoakademicki
Poziom kształcenia	Jednolite magisterskie
Forma studiów	Stacjonarne i niestacjonarne
Typ modułu/przedmiotu	Fakultatywny
Forma weryfikacji efektów uczenia się	Zaliczenie
Jednostka prowadząca /jednostki prowadzące	Zakład Medycyny Społecznej i Zdrowia Publicznego Ul. Pawińskiego 3A, 02-106 Warszawa
Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	Prof. dr hab. n. med. Aneta Nitsch-Osuch
Koordinator przedmiotu	Dr n. med. i n. o zdr Aleksandra Kozłowska
Osoba odpowiedzialna za sylabus	Dr n. med. i n. o zdr Aleksandra Kozłowska, aleksandra.kozlowska@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	Dr n. med. i n. o zdr Aleksandra Kozłowska

2. INFORMACJE PODSTAWOWE

Rok i semestr studiów	I-III rok, semestr zimowy i semestr letni	Liczba punktów ECTS	2.00
-----------------------	---	---------------------	------

FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ	Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim		
wykład (W)		
seminarium (S)		
ćwiczenia (C)		
e-learning (e-L)	30	1.20
zajęcia praktyczne (ZP)		
praktyka zawodowa (PZ)		
Samodzielna praca studenta		
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń	20	0.8

3. CELE KSZTAŁCENIA	
C1	Zapoznanie z zasadami żywienia w przebiegu najczęstszych chorób internistycznych.
C2	Zapoznanie z zależnością pomiędzy żywieniem a stanem zdrowia pacjenta, ze szczególnym uwzględnieniem roli diety w leczeniu i poprawie jakości życia chorych, a także interakcji między lekami a składnikami pokarmowymi.
C3	Nabycie umiejętności z zakresu poradnictwa dietetycznego dla osób z różnymi jednostkami chorobowymi, w tym formułowania prostych, praktycznych zaleceń żywieniowych, dostosowanych do możliwości pacjenta, jego stanu klinicznego, stylu życia oraz stosowanej farmakoterapii.

4. STANDARD KSZTAŁCENIA – SZCZEGÓŁOWE EFEKTY UCZENIA SIĘ	
Symbol i numer efektu uczenia się zgodnie ze standardami uczenia się	Efekty w zakresie (zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra Edukacji i Nauki z 29 września 2023 r.)
Wiedzy – Absolwent* zna i rozumie:	
B.W20.	czynność i mechanizmy regulacji wszystkich narządów i układów organizmu człowieka oraz zależności między nimi;
B.W15.	przemiany metaboliczne zachodzące w narządach oraz metaboliczne, biochemiczne i molekularne podłoże chorób i terapii;
C.W26.	patogenezę chorób, w tym uwarunkowania genetyczne i środowiskowe;
C.W39.	konsekwencje niedoboru i nadmiaru witamin i składników mineralnych;
D.W19.	podstawy medycyny opartej na dowodach;
Umiejętności – Absolwent* potrafi:	

E.U21.	przewodzą edukację zdrowotną pacjenta, w tym edukację żywieniową dostosowaną do indywidualnych potrzeb;
G.U2.	zbierać informacje na temat uwarunkowań i obecności czynników ryzyka chorób zakaźnych i niezakaźnych oraz planować działania profilaktyczne na różnym poziomie zapobiegania;

*W załącznikach do Rozporządzenia Ministra NiSW z 29 września 2023 wspomina się o „absolwencie”, a nie studencie

5. POZOSTAŁE EFEKTY UCZENIA SIĘ

Numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:	
W1	przyczyny i konsekwencje niewłaściwego odżywiania, w tym długotrwałego niedostatecznego i nadmiernego spożywania pokarmów i stosowania niebilansowanej diety oraz zaburzenia trawienia i wchłaniania;
Umiejętności – Absolwent potrafi:	
U1	wykazywać odpowiedzialność za podnoszenie swoich kwalifikacji i przekazywanie wiedzy innym;
U2	krytycznie analizować piśmiennictwo medyczne, w tym w języku angielskim, i wyciągać wnioski;
Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:	

6. ZAJĘCIA

Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
(e-L) seminarium 1	Dietoterapia w chorobach przewodu pokarmowego. Żywnienie w refluksie i wrzodach – co mówi praktyka Zespół jelita drażliwego (IBS) i dieta FODMAP Żywnienie w chorobie Leśniowskiego i Crohna oraz we wrzodziejącym zapaleniu jelita grubego (WZJG) Suplementacja i niedobory	B.W20, B.W15, C.W26, C.W39, D.W19, E.U21,G.U2., W1, U1, U2
(e-L) seminarium 2	Dieta w chorobach wątroby. Żywnienie w niealkoholowej tłuszczeniowej chorobie wątroby (NAFLD) Niedożywienie i zaburzenia metaboliczne w marskości Rola białka i suplementacji	B.W20, B.W15, C.W26, C.W39, D.W19, E.U21,G.U2., W1, U1, U2
(e-L) seminarium 3	Żywnienie w dnie moczanowej. Produkty purynowe – co naprawdę szkodzi? Mity wokół diety w hiperurykemii Rola nawodnienia i redukcji masy ciała	B.W20, B.W15, C.W26, C.W39, D.W19, E.U21,G.U2., W1, U1, U2
(e-L) seminarium 4	Dieta w chorobach nerek i nadciśnieniu tętniczym Dieta niskobiałkowa, ograniczenie sodu, fosforu, potasu Żywnienie w PChN vs. żywienie podczas dializ Rola diety DASH w nadciśnieniu	B.W20, B.W15, C.W26, C.W39, D.W19, E.U21,G.U2., W1, U1, U2
(e-L) seminarium 5	Choroby tarczycy, nowotworowe i autoimmunologiczne (przegląd wybranych przypadków). Dieta w niedoczynności i nadczynności tarczycy Hashimoto i kontrowersje wokół glutenu i laktozy	B.W20, B.W15, C.W26, C.W39, D.W19, E.U21,G.U2., W1, U1, U2

	Żywienie wspomagające w chorobach nowotworowych Dieta przeciwzapalna – teoria i praktyka	
(e-L) seminarium 6	Dieta w kamicy żółciowej i po cholecystektomii. Co naprawdę szkodzi, a co można jeść? Przebudowa flory jelitowej i trawienia tłuszczów Rekomendacje żywieniowe po operacji	B.W20, B.W15, C.W26, C.W39, D.W19, E.U21,G.U2., W1, U1, U2
(e-L) seminarium 7	Najczęstsze interakcje pomiędzy lekami a składnikami diety. Leki wpływające na stan odżywienia.	B.W20, B.W15, C.W26, C.W39, D.W19, E.U21,G.U2., W1, U1, U2
(e-L) seminarium 8	Przypadki kliniczne i praktyka – od zaleceń do rozmowy z pacjentem. Analiza przypadków: „Co byś zalecił pacjentowi?”	B.W20, B.W15, C.W26, C.W39, D.W19, E.U21,G.U2., W1, U1, U2

7. LITERATURA

Obowiązkowa

1. Dietetyka – żywność, żywienie w prewencji i leczeniu, Jarosz M. (red.), IŻŻ, Warszawa, 2017
2. Dietetyka kliniczna, Grzymisławski M. (red.), PZWL, Warszawa, 2019
3. Medycyna stylu życia, Śliż D, Mamcarz A. (red.), PZWL, Warszawa, 2018

Uzupełniająca

1. Normy żywienia dla populacji Polski” pod redakcją Ewy Rychlik, Katarzyny Stoś, Agnieszki Woźniak, Hanny Mojskiej Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego-Państwowy Zakład Higieny, 2024.
2. Czasopisma naukowe: Nutrients, Journal of Clinical Nutrition

8. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
B.W20, B.W15, C.W26, C.W39, D.W19, E.U21,G.U2., W1, U1, U2.	Ukończenie wszystkich aktywności na platformie e-learning. Zaliczenie testu na platformie e-learning.	100% realizacji przedstawionego materiału Uzyskanie co najmniej 60% możliwych do zdobycia punktów w teście.

9. INFORMACJE DODATKOWE

1. Zajęcia prowadzone są w formie e – learningu (kurs na platformie www.e-learning.wum.edu.pl).
2. Zajęcia e-learningowe składają się z 8 modułów, które zawierają prezentacje, artykuły z prasy medycznej w języku polskim i/lub angielskim
3. Warunkiem zaliczenia kursu e-learningowego jest pozytywne zaliczenie testu końcowego oraz uzyskanie pozytywnej oceny przesłanych na platformie e-learningowej zadań (trzech).
Zapraszamy do dołączenia do Studenckiego Koła Naukowego Higieny i Profilaktyki przy Zakładzie Medycyny Społecznej i Zdrowia Publicznego.
4. Program kursu obejmuje sesje decyzyjne i analizę przypadków klinicznych, przygotowujące do praktycznego egzaminu OSCE.

Zachęcamy również do odwiedzania naszej strony internetowej <https://msizp.wum.edu.pl> - gdzie dostępne są aktualne informacje dotyczące działalności Zakładu, ogłoszenia dotyczące dydaktyki.

Prawa majątkowe, w tym autorskie, do sylabusu przysługują WUM. Sylabus może być wykorzystywany dla celów związanych z kształceniem na studiach odbywanych w WUM. Korzystanie z sylabusu w innych celach wymaga zgody WUM.

UWAGA

Końcowe 10 minut ostatnich zajęć w bloku/semestrze/roku należy przeznaczyć na wypełnienie przez studentów
Ankiety Oceny Zajęć i Nauczycieli Akademickich