



Nutropsychiatria

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/jednostki prowadząca/e	Katedra i Klinika Chirurgii Ogólnej, Gastroenterologicznej i Onkologicznej Warszawski Uniwersytet Medyczny Ul. Banacha 1a, piętro III Blok „B” Warszawa Tel: (22) 599 22 57
Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	Prof. dr hab. n. med. Maciej Słodkowski
Koordynator przedmiotu	Dr n.med. i n. zdr. Aneta Jachnis-Morzy, aneta.jachnis@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus	Dr n. med. i n. zdr. Aneta Jachnis-Morzy, aneta.jachnis@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	Dr n. med. i n. zdr. Aneta Jachnis-Morzy, aneta.jachnis@wum.edu.pl

2. INFORMACJE PODSTAWOWE			
Rok i semestr studiów	IV, semestr zimowy	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	1.2
zajęcia praktyczne (ZP)			
praktyka zawodowa (PZ)			
Samodzielna praca studenta			
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń		20	0.8

3. CELE KSZTAŁCENIA	
C1	Zapoznanie Studentów z tematyką dotyczącą podstaw dietetyki, zasad prawidłowego odżywiania i zapotrzebowania człowieka na składniki odżywcze w profilaktyce oraz leczeniu wybranych chorób psychiatrycznych i neurologicznych, a także podczas psychoterapii.
C2	Zapoznanie studentów z wielokierunkowymi zależnościami między sposobem żywienia, stanem odżywienia i funkcjonowaniem układu pokarmowego a zdrowiem psychicznym, emocjonalnym i kognitywnym człowieka.
C3	Zrozumienie mechanizmów neurohormonalnych odpowiedzialnych za regulację ośrodków głodu i sytości oraz wpływu stresu na funkcjonowanie układu pokarmowego i układu nerwowego.
C4	Poznanie roli i źródła poszczególnych składników pokarmowych niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania organizmu w zakresie nutropsychiatrii.
C5	Nauka fizjologicznych i anatomicznych podstaw funkcjonowania osi jelitowo-mózgowej oraz ich roli w patogenezie wybranych zaburzeń psychicznych.
C6	Zrozumienie roli poszczególnych makro- i mikroelementów, substancji odżywczych oraz mikrobioty jelitowej w syntezie neuroprzekaźników i utrzymaniu dobrostanu psychicznego.

**Załącznik nr 4A do Procedury opracowywania i okresowego przeglądu programów studiów
(stanowiącej załącznik do Zarządzenia nr .../2024 Rektora WUM z dnia2024 r.)**

C7	Zrozumienie wpływu niedożywienia, stanów katabolicznych oraz niedoborów pokarmowych na stan psychiczny, funkcje poznawcze oraz przebieg leczenia psychiatrycznego.
C8	Zapoznanie się ze wskazaniami, przeciwwskazaniami oraz wiedzą opartą na faktach (EBM), która dotyczy stosowania suplementacji, psychobiotyków i dietoterapii w psychiatrii.

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 NiSW z 26 lipca 2019)
Wiedzy – Absolwent* zna i rozumie:	
B.W10.	budowę prostych związków organicznych wchodzących w skład makrocząsteczek obecnych w komórkach, macierzy zewnątrzkomórkowej i płynów ustrojowych;
B.W11.	budowę lipidów i polisacharydów oraz ich funkcje w strukturach komórkowych i pozakomórkowych;
C.W.47.	wpływ stresu oksydacyjnego na komórki i jego znaczenie w patogenezie chorób oraz w procesach starzenia się;
C.W48.	konsekwencje niedoboru witamin lub minerałów i ich nadmiaru w organizmie;
C.W49.	enzymy biorące udział w trawieniu, mechanizm wytwarzania kwasu solnego w żołądku, rolę żółci, przebieg wchłaniania produktów trawienia
C.W50.	konsekwencje niewłaściwego odżywiania, w tym długotrwałego głodowania, przyjmowania zbyt obfitych posiłków i stosowania niezbilansowanej diety oraz zaburzenia trawienia i wchłaniania produktów trawienia;
C.W51.	mechanizm działania hormonów.
D.W2.	społeczne czynniki wpływające na zachowania w zdrowiu i w chorobie, szczególnie w chorobie przewlekłej;
D.W14.	zasady promocji zdrowia, jej zadania i główne kierunki działania, ze szczególnym uwzględnieniem znajomości roli elementów zdrowego stylu życia;
E.W15.	podstawowe koncepcje patogenezy zaburzeń psychicznych;
Umiejętności – Absolwent* potrafi:	
D.U2.	dostrzegać oznaki zachowań antyzdrowotnych i autodestrukcyjnych oraz właściwie na nie reagować;
D.U5.	przeprowadzać rozmowę z pacjentem dorosłym, dzieckiem i rodziną z zastosowaniem techniki aktywnego słuchania i wyrażania empatii oraz rozmawiać z pacjentem o jego sytuacji życiowej;
D.U9.	udzielać porad w kwestii przestrzegania zaleceń terapeutycznych i prozdrowotnego trybu życia;
D.U11.	stosować w podstawowym zakresie psychologiczne interwencje motywujące i wspierające;

*W załącznikach do Rozporządzenia Ministra NiSW z 26 lipca 2019 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	Fizjologiczne i anatomiczne podstawy funkcjonowania osi jelitowo-mózgowej oraz ich rolę w patogenezie wybranych zaburzeń psychicznych.
W2	Mechanizmy neurohormonalne odpowiedzialne za regulację ośrodków głodu i sytości oraz wpływu stresu na funkcjonowanie układu pokarmowego i układu nerwowego.
W3	Rolę poszczególnych makro- i mikroelementów, substancji odżywczych oraz mikrobioty jelitowej w syntezie neuroprzekaźników i utrzymaniu dobrostanu psychicznego.
W4	Wpływ niedożywienia, stanów katabolicznych oraz niedoborów pokarmowych na stan psychiczny, funkcje poznawcze oraz przebieg leczenia psychiatrycznego.
W5	Wskazania, przeciwwskazania oraz dowody naukowe (EBM) dotyczące stosowania suplementacji, psychobiotyków i dietoterapii w psychiatrii.
Umiejętności – Absolwent potrafi:	
U1	Przeprowadzić wstępną ocenę stanu odżywienia pacjenta oraz zidentyfikować ryzyko wystąpienia niedożywienia lub niedoborów pokarmowych wpływających na stan psychiczny.
U2	Zaplanować podstawowe zalecenia dietetyczne wspierające leczenie zaburzeń psychicznych (m.in. depresyjnych, lękowych, związanych ze stresem) z uwzględnieniem zasad psychodietetyki.
U3	Krytycznie oceniać dowody naukowe dotyczące skuteczności i bezpieczeństwa preparatów suplementacyjnych, psychobiotyków oraz alternatywnych modeli żywieniowych.
U4	Dobrać i zaproponować pacjentowi nefarmakologiczne metody redukcji stresu i modyfikacji stylu życia wspierające zdrowie psychiczne.
Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:	
K1	Postrzegania pacjenta w sposób holistyczny, dostrzegając ścisły związek między zdrowiem fizycznym (ze szczególnym uwzględnieniem stanu układu pokarmowego) a stanem psychicznym.
K2	Współpracy w zespole interdyscyplinarnym (lekarz, psycholog, psychoterapeuta, dietetyk) w celu optymalizacji procesu diagnostyczno-terapeutycznego.
K3	Edukowania pacjentów w zakresie bezpiecznego stosowania diety i suplementacji oraz promowania prozdrowotnych nawyków żywieniowych i stylu życia.
K4	Jest gotów do formułowania opinii dotyczących różnych aspektów działalności zawodowej i zasięgania porad ekspertów w przypadku trudności z samodzielnym rozwiązaniem problemu.

6. ZAJĘCIA		
Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
Wykłady, prezentacje i zadania na platformie e-learningowej	Nutropsychiatria - Anatomia i fizjologia układu pokarmowego z punktu widzenia nutropsychiatrii - Podstawowe zagadnienia dotyczące dietetyki - Regulacja ośrodków przyjmowania pokarmów, ośrodek głodu i sytości - Znaczenie osi jelita-mózg - Znaczenie poszczególnych składników diety na zdrowie psychiczne - Dietoterapia z elementami psychodietetyki w pracy z pacjentem psychiatrycznym i w trakcie psychoterapii - Suplementacja w nutropsychiatrii, psychobiotyki - Niedożywienie – wpływ na organizm, ocena stanu odżywienia i leczenie - Wpływ stresu na organizm człowieka - Wybrane elementy stylu życia wpływające na redukcję stresu	B.W10., B.W11., C.W.47., C.W.48., C.W.49., C.W.50., C.W.51., D.W2., D.W14., E.W15., D.U2., D.U5., D.U9., D.U11., W1-W5, U1-U4, K1-K4

7. LITERATURA
Obowiązkowa
Wszystkie materiały zawarte w kursie e-learningowym (przygotowane przez wykładowcę)
Uzupełniająca
- Nutropsychiatria. Wyd. PZWL. 2024. Ireneusz Chmiel, Dorota Łojko. - Psychodietetyka., wyd. PZWL, 2000, pod red. Anna Brytek-Matera, - Dietetyka i żywienie kliniczne. Wydanie polskie. Pod red. J. Chojnacki, Elsevier 2013 - Dietetyka. Żywienie zdrowego i chorego człowieka. Pod red. Ciborowska H., Rudnicka A., PZWL - Podstawy żywienia klinicznego : wydanie IV. Red. L. Sobotka, Scientifica, 2013 - Dietetyka kliniczna. Wydanie polskie. Pod red. J. Chojnacki, G. Klupińska, Elsevier, 2014

8. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ		
Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
B.W10., B.W11., C.W.47., C.W.48., C.W.49., C.W.50., C.W.51., D.W2., D.W14., E.W15., D.U2., D.U5., D.U9., D.U11., W1-W5, U1-U4, K1-K4	- Testy i zadania kończące dany dział (moduł) - Test podsumowujący	Aby zajęcia zostały zaliczone należy spełnić poniższe kryteria: - pobranie i przeczytanie wszystkich materiałów online - wykonanie wszystkich testów/zadań na e-learningu (każdy test na minimum 60% - nie wystarczy pobrać i odznaczyć, że „wykonane!”) - zaliczenie testu końcowego na minimum 60%

9. INFORMACJE DODATKOWE

BARDZO WAŻNE JEST SZCZEGÓŁOWE ZAPOZNANIE SIĘ Z FORMĄ ZALICZENIA ZAJĘĆ ORAZ OSTATECZNYM TERMINEM REALIZACJI MATERIAŁU. Jedynie prawidłowe wywiązanie się z powyższego umożliwia zaliczenie fakultetu.

Materiały dostępne będą widoczne na e-learningu do około dwóch tygodni po zakończeniu rejestracji. Studenci mają czas na realizację fakultetu do 31 stycznia 2027 roku.

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