



## KARTA PRZEDMIOTU

Kod przedmiotu	Nazwa przedmiotu	w jęz. polskim	<b>SUPLEMENTACJA DIETY - KONIECZNOŚĆ CZY ZBYTECZNOŚĆ DIETARY SUPPLEMENT – NECESSITY OR SUPERFLUITY</b>
		w jęz. angielskim	

Kierunek	<b>Towaroznawstwo</b>
Specjalność	<b>przedmiot kierunkowy</b>
Poziom kształcenia	<b>studia drugiego stopnia</b>
Forma studiów	<b>niestacjonarne</b>
Profil kształcenia	<b>ogólnoakademicki</b>
Status przedmiotu	<b>wybieralny</b>
Rygor	<b>zaliczenie z oceną</b>

Semestr studiów	Liczba punktów ECTS	Liczba godzin w tygodniu				Liczba godzin w semestrze			
		W	C	L	P	W	C	L	P
I/II	2					9			
<b>Razem w czasie studiów</b>						<b>9</b>			

### Wymagania w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji

Podstawowa wiedza z zakresu biologii, chemii żywności, toksykologii, edukacji żywieniowej, towaroznawstwa spożywczego i podstaw żywienia człowieka pozwalająca na zrozumienie i interpretację zjawisk oraz procesów w zakresie oceny suplementów diety i możliwości ich wykorzystania w żywieniu człowieka.

### Cele przedmiotu

Zapoznanie studentów z:

- obowiązującymi przepisami dotyczącymi wprowadzania i dystrybucji suplementów na rynku w Polsce i UE,
- analizą rynku suplementów diety w Polsce i na świecie,
- rodzajami suplementów diety i ich właściwym zastosowaniem (również w sporcie),
- interakcjami suplementów diety ze składnikami żywności i lekami,
- wskazaniami i korzyściami oraz ograniczeniami i zagrożeniami wynikającymi ze stosowania suplementów diety,
- możliwościami wykorzystania suplementacji diety w warunkach wzmożonej aktywności fizycznej,
- zasadami suplementacji różnych grup populacyjnych i w sporcie.

### Osiągane efekty kształcenia dla przedmiotu (EKP)

Symbol	Po zakończeniu przedmiotu student:	Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia
EKP_01	definiuje pojęcie suplementacji i suplementów diety, powołuje się na podstawy prawne ich funkcjonowania na rynku, określa ich rolę i przeznaczenie oraz wskazuje	NK_W02, NK_W03, NK_W09, NK_U04,

	na zastosowanie suplementów diety w procesach racjonalizacji żywienia różnych grup populacyjnych.	NK_K01
EKP_02	rozumie i potrafi wyjaśnić zdrowotne, funkcjonalne, psychospołeczne i ekonomiczne uwarunkowania zainteresowania konsumentów suplementami diety i ich konsumpcji.	NK_W02, NK_W03, NK_W09, NK_U04, NK_K01
EKP_03	dokonuje ogólnej klasyfikacji suplementów diety z uwzględnieniem wybranych grup populacyjnych i ich potrzeb, wskazuje na ich istotę, zastosowanie, ograniczenia i potencjalne zagrożenia.	NK_W02, NK_W03, NK_W09, NK_U04, NK_K01
EKP_04	potrafi analizować i formułować odpowiedzialne opinie oraz przekazywać rzetelne informacje na temat suplementów i suplementacji diety, potrafi zająć krytyczne stanowisko opierając się na osiągnięciach i dowodach naukowych w zakresie merytorycznych przesłanek stosowania suplementacji diety.	NK_W02, NK_W03, NK_W09, NK_W11, NK_U04, NK_U14, NK_K01
EKP_05	potrafi komunikować się z otoczeniem posługując się językiem specjalistycznym w zakresie żywienia człowieka uwzględniającego procedury suplementacyjne.	NK_W02, NK_W03, NK_U04, NK_U12, NK_K02, K_K03

Treści programowe	Liczba godzin				Odniesienie do EKP
	W	C	L	P	
Suplementy diety w świetle obowiązującego prawa krajowego i UE i zasady wprowadzania do obrotu.	1				EKP_01
Rynek suplementów diety w Polsce i na świecie.	1				EKP_01, EKP_02
Podział suplementów diety.	1				EKP_01, EKP_03
Suplementacja diety różnych grup populacyjnych.	2				EKP_01, EKP_02, EKP_03, EKP_04
Suplementacja w sporcie.	2				EKP_01, EKP_02, EKP_03, EKP_04
Kontrowersje wokół suplementów diety.	1				EKP_01, EKP_02, EKP_03, EKP_04, EKP_05
Suplementacja diety – konieczność, czy zbyteczność.	1				EKP_02, EKP_03, EKP_04, EKP_05
<b>Łącznie godzin</b>	<b>9</b>				

Metody weryfikacji efektów kształcenia dla przedmiotu									
Symbol EKP	Test	Egzamin ustny	Egzamin pisemny	Kolokwium	Sprawozdanie	Projekt	Prezentacja	Zaliczenie praktyczne	Inne
EKP_01			X						
EKP_02			X						
EKP_03			X						
EKP_04			X						
EKP_05			X						

Kryteria zaliczenia przedmiotu
Egzamin pisemny (co najmniej 60% punktów możliwych do zdobycia), obecność na wykładach, aktywny udział na wykładach, w przypadku egzaminu poprawkowego - możliwość przeprowadzenia egzaminu w postaci ustnej Ocena końcowa jest oceną z pisemnego zaliczenia wykładów.

Uwaga: student otrzymuje ocenę powyżej dostatecznej, jeżeli uzyskane efekty kształcenia przekraczają wymagane minimum.

<b>Nakład pracy studenta</b>				
<b>Forma aktywności</b>	<b>Szacunkowa liczba godzin przeznaczona na zrealizowanie aktywności</b>			
	<b>W</b>	<b>C</b>	<b>L</b>	<b>P</b>
Godziny kontaktowe	9			
Czytanie literatury	23			
Przygotowanie do zajęć ćwiczeniowych, laboratoryjnych, projektowych				
Przygotowanie do egzaminu, zaliczenia	15			
Opracowanie dokumentacji projektu/sprawozdania				
Uczestnictwo w zaliczeniach i egzaminach	1			
Udział w konsultacjach	2			
<b>Łącznie godzin</b>	<b>28</b>			
<b>Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu</b>	<b>50</b>			
<b>Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu</b>	<b>2</b>			
	<b>Liczba godzin</b>		<b>ECTS</b>	
Obciążenie studenta związane z zajęciami praktycznymi				
Obciążenie studenta na zajęciach wymagających bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich	12		1	

<b>Literatura podstawowa</b>
Dobrzańska A., Obrycki Ł., Socha P., <i>Suplementacja diety - Wytyczne postępowania u dzieci, kobiet ciężarnych i karmiących piersią</i> , Wyd. Medi Press, Warszawa 2015
Gawęcki J., Roszkowski W. (red.), <i>Żywność człowieka a zdrowie publiczne. Tom III</i> , Wyd. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2009
Jarosz M., <i>Suplementy diety a zdrowie</i> , Wyd. Lekarskie PZWL, Warszawa 2008
Wawer I., <i>Suplementy dla Ciebie</i> , Wyd. Wektor, Warszawa 2009
Zajac A., Poprzęcki S., Waśkiewicz Z., <i>Dietetyczne i suplementacyjne wspomaganie procesu treningowego</i> , Wyd. AWF, Katowice, 2010
Żydek G., Michalczyk M., Zajac A., <i>Nowe trendy w żywieniu i suplementacji osób aktywnych fizycznie</i> , Wyd. AWF, Katowice 2017
<b>Literatura uzupełniająca</b>
Gertig H., Przysławski J., <i>Bromatologia. Zarys nauki o żywności i żywieniu</i> , Wyd. PZWL, Warszawa 2006
Gröber U., <i>Leki i mikroskładniki odżywcze</i> , Wyd. MedPharm Polska, Wrocław 2011
Zachwieja Z., <i>Leki i pożywienie – interakcje</i> , Wyd. MedPharm Polska, Wrocław 2008
Czasopisma naukowe w przedmiotowym zakresie
<b>Akty prawne</b>
– Ustawa z dnia 25 sierpnia 2006 r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia (Dz. U. 2006 Nr 171 poz. 1225)
– Obwieszczenie Ministra Zdrowia z dnia 17 września 2018 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Zdrowia w sprawie składu oraz oznakowania suplementów diety (Dz. U. z 2018 r., poz. 1951)
– Rozporządzenie (WE) nr 178/2002 Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 28 stycznia 2002 r. ustanawiające ogólne zasady i wymagania prawa żywnościowego, powołujące Europejski Urząd ds. Bezpieczeństwa Żywności oraz ustanawiające procedury w zakresie bezpieczeństwa żywności (Dz. Urz. L 31 z 1.2.2002, str. 1-24; Polskie wydanie specjalne: Rozdział 15 Tom 06 P. 463 – 486 ze zm.)
– Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, zmiany rozporządzeń Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 1924/2006 i (WE) nr 1925/2006 oraz uchylecia dyrektywy Komisji 87/250/EWG, dyrektywy Rady 90/496/EWG, dyrektywy Komisji 1999/10/WE, dyrektywy 2000/13/WE Parlamentu Europejskiego i Rady, dyrektywy Komisji 2002/67/WE i 2008/5/WE oraz rozporządzenia Komisji (WE) nr 608/2004 (Dz. Urz. UE L 304 z 22.11.2011, s. 18-63, ze zm.)
– Rozporządzenie (WE) nr 1925/2006 Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 20 grudnia 2006 r. w sprawie dodawania do żywności witamin składników mineralnych oraz niektórych innych substancji (Dz. Urz. UE L 404/26 z 30.12.2006 ze zm.)
– Rozporządzenie (WE) nr 1924/2006 Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 20 grudnia 2006 r. w sprawie oświadczeń

żywnościowych i zdrowotnych dotyczących żywności (Dz. Urz. L 404/9 z 30.12.2006 ze zm.)

- Rozporządzenie Komisji (UE) nr 432/2012 z dnia 16 maja 2012 r. ustanawiające wykaz dopuszczonych oświadczeń zdrowotnych dotyczących żywności, innych niż oświadczenia odnoszące się do zmniejszenia ryzyka choroby oraz rozwoju i zdrowia dzieci (Dz.U. L 136/1 z 25.5.2012 ze zm.) oraz rozporządzenia unijne dotyczące odrzuconych i przyjętych oświadczeń zdrowotnych

<b>Osoba odpowiedzialna za przedmiot</b>	
dr inż. Witold Koziorok	KTiZJ
<b>Pozostałe osoby prowadzące przedmiot</b>	
-	-