**Tematyka zajęć z przedmiotu**

# Podstawy Żywienia Człowieka

Kierunek Techniki Dentystyczne, studia stacjonarne pierwszego stopnia, rok III

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nr tematu** | **Tematyka zajęć** | **Czas trwania** |
| **1** | Zasady prawidłowego żywienia. Podstawowe definicje, składniki pożywienia człowieka | **3,5h lekcyjne** |
| **2** | Najczęstsze błędy żywieniowe i ich skutki dla organizmu. Zaburzenia odżywiania | **3,5h lekcyjne** |
| **3** | Metody oceny sposobu żywienia. Określanie i ocena wartości odżywczej pożywienia. Zasady układania jadłospisów | **3,5h lekcyjne** |
| **4** | Charakterystyka wybranych diet mających zastosowanie w profilaktyce chorób cywilizacyjnych cz.1 | **3,5h lekcyjne** |
| **5** | Charakterystyka wybranych diet mających zastosowanie w profilaktyce chorób cywilizacyjnych cz.2 | **3,5h lekcyjne** |
| **6** | **Diety alternatywne** | **3,5h lekcyjne** |
| **7** | Normy żywieniowe. Witaminy i składniki mineralne – rola, występowanie, skutki niedoboru i nadmiaru. | **3,5h lekcyjne** |
| **8** | **Dodatki do żywności.** Żywność funkcjonalna | **3,5h lekcyjne** |
| **9** | Próchnica zębów – żywieniowe czynniki ryzyka próchnicy, profilaktyka próchnicy | **3,5h lekcyjne** |
| **10** | Paradontoza, erozja zębów – symptomy, epidemiologia, etiologia i patogeneza, zalecenia żywieniowe | **3,5h lekcyjne** |