

ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. ΓΕΝΙΚΑ

ΣΧΟΛΗ	ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΑΓΩΓΗΣ		
ΤΜΗΜΑ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ - ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΟ		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΙΑ4300	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	ΣΤ ή Η
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΔΙΑΤΡΟΦΗ & ΠΡΟΛΗΨΗ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ		
ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ	
Διαλέξεις	2	3	
ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Επιστημονικής Περιοχής		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:	-		
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	Ελληνική		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	ΝΑΙ		
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)	https://eclass.hua.gr/courses/DIET287/		

2. ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Μαθησιακά Αποτελέσματα
<p>Στόχος του μαθήματος είναι να παρέχει μια συνολική συνθετική θεώρηση του ρόλου της διατροφής στην πρόληψη νοσημάτων φθοράς, παρέχοντας τα περισσότερο σύγχρονα δεδομένα στον τομέα αυτό. Περιγράφει τις βασικές θεωρίες που ερμηνεύουν την επικράτηση των νοσημάτων φθοράς και τον ρόλο της διατροφής, είτε ως ανεξάρτητος παράγοντας, είτε ως ένα επιμέρους συστατικό του συνολικού τρόπου ζωής. Σε ένα επόμενο επίπεδο, εξετάζεται ο ρόλος των βασικών ομάδων τροφίμων και θρεπτικών συστατικών και κάποιων ιδιαίτερων επιμέρους χαρακτηριστικών της δίαιτας στην πρόληψη ή και την εμφάνιση νοσημάτων φθοράς.</p> <p>Οι φοιτητές, μετά την επιτυχή παρακολούθηση του μαθήματος θα πρέπει να είναι σε θέση:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Να αξιολογήσουν τα αποτελέσματα συστηματικών ανασκοπήσεων, μετα-αναλύσεων ή και απλών επιστημονικών μελετών στην διερεύνηση της σχέσης ανάμεσα σε ένα στοιχείο της διατροφής και την εμφάνιση μιας νόσου.2. Να κατανοήσουν το μέγεθος του ρόλου ενός στοιχείου της διατροφής στην εμφάνιση μιας νόσου ή στην πρόληψή της.3. Να περιγράψουν αλληλεπιδράσεις διαφόρων στοιχείων της διατροφής στην εμφάνιση μιας νόσου ή στην πρόληψή της.4. Να αντιληφθούν τις ποικίλες διαστάσεις της διατροφής και τον ρόλο τους στην πρόληψη ή την εμφάνιση μιας νόσου.
Γενικές Ικανότητες
<ul style="list-style-type: none">• Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με την χρήση απαραίτητων τεχνολογιών• Λήψη αποφάσεων• Αυτόνομη αλλά και ομαδική εργασία• Σεβασμός στην διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα• Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης• Παραγωγή νέων ερευνητικών ιδεών

3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Τα αντικείμενα που καλύπτονται στα πλαίσια του μαθήματος περιλαμβάνουν τα ακόλουθα:

- Βασικές θεωρίες που ερμηνεύουν την επικράτηση των νοσημάτων φθοράς στις σύγχρονες κοινωνίες
- Μακρο-θρεπτικά συστατικά & επίπτωση της παχυσαρκίας και των νοσημάτων φθοράς
- Ο ρόλος της διατροφής στην υγιή γήρανση
- Διαιτητικά πρότυπα και πρότυπα του τρόπου ζωής και πρόληψη νοσημάτων
- Ο ρόλος επιμέρους ομάδων τροφίμων στην επίπτωση και την πρόληψη νοσημάτων
- Μικρο-θρεπτικά συστατικά και πρόληψη νοσημάτων φθοράς
- Ο ρόλος της διατροφής στην λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος

4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ	Πρόσωπο με πρόσωπο	
ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ	<ul style="list-style-type: none">• Παρουσίαση εργασίας με Power Point• Υποστήριξη της μαθησιακής διαδικασίας μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας e-class	
ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	Δραστηριότητα	Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου
	Διαλέξεις	26
	Αυτοτελής μελέτη	24
	Ατομικές εργασίες	25
	Σύνολο Μαθήματος	75
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ	<p>Η αξιολόγηση των φοιτητών γίνεται στην Ελληνική Γλώσσα.</p> <p>Η τελική αξιολόγηση προκύπτει από το συνδυασμό της επίδοσης σε ενδιάμεσες εξετάσεις-αξιολογήσεις ή τελικής εξέτασης και ατομικής ή ομαδικής εργασίας ως εξής:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Κατά 50% από την τελική γραπτή εξέταση ή τις ενδιάμεσες αξιολογήσεις, η οποία συνίσταται από ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής ή/και σύντομης ανάπτυξης ή/και ανάπτυξη δοκιμίου.2. Κατά 50% από ομαδική ή ατομική εργασία	

5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Το μάθημα αποτελεί μια συνθετική θεώρηση των πιο σύγχρονων δεδομένων στην σχέση διατροφής – νόσου και ως εκ τούτου δεν μπορεί να στηριχθεί σε κάποιο συγκεκριμένο σύγγραμμα.

Ενδεικτικά αναφέρονται τα εξής ως βοηθητικά συγγράμματα:

1. Gropper, S.S., Smith, J.L., Groff, J.L. (2008) Διατροφή & Μεταβολισμός, Τόμοι 1 & 2, Επιμέλεια Μετάφρασης Συντάξης Λ., Ιατρικές Εκδόσεις Π.Χ. Πασχαλίδης,
2. Pollin, T.I., Ordovas, J.M., Guevara-Cruz, M. Nutrition in the Prevention and Treatment of Disease, 4th Edition, Academic Press
3. Επιλεγμένη αρθρογραφία (ανασκοπήσεις, μετα-αναλύσεις, πρωτότυπες δημοσιεύσεις από επιλεγμένα επιστημονικά περιοδικά στον χώρο της διατροφής)