



Profilaktyka chorób cywilizacyjnych

1. METRYCZKA	
Rok akademicki	2025/2026
Wydział	Wydział Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Zdrowie Publiczne
Dyscyplina wiodąca	NAUKI O ZDROWIU
Profil studiów	ogólnoakademicki
Poziom kształcenia	I stopnia
Forma studiów	stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu	obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się	zaliczenie
Jednostka prowadząca /jednostki prowadzące	Zakład Profilaktyki Zagrożeń Środowiskowych, Alergologii i Immunologii ul. Banacha 1a, blok E, I piętro 02-097 Warszawa 599-20-39, 599-20-40, 599-20-42 fax Zakład Profilaktyki Onkologicznej ul. Erazma Ciołka 27, 01-445 Warszawa tel. (0-22) 5720 702, 508-042-164
Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	Prof. dr hab. n. med. Bolesław Samoliński Prof. dr hab. n. med. Andrzej Deptała
Koordynator przedmiotu	Dr n. med. Andrzej Namysłowski 599-12-49 andrzej.namyslowski@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus	Dr n. med. Andrzej Namysłowski 599-12-49 andrzej.namyslowski@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	Prof. dr hab. n. med. Bolesław Samoliński Dr n. med. i n. o zdr. Dominika Mękal

	Mgr Adrianna Sobol Dr n. med. Andrzej Namysłowski
--	--

2. INFORMACJE PODSTAWOWE			
Rok i semestr studiów	II, zimowy	Liczba punktów ECTS	3
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ		Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim			
wykład (W)		10	0,75
seminarium (S)		20	1,5
ćwiczenia (C)			
e-learning (e-L)			
zajęcia praktyczne (ZP)			
praktyka zawodowa (PZ)			
Samodzielna praca studenta			
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń		10	0,75

3. CELE KSZTAŁCENIA	
C1	Przekazanie wiedzy na temat profilaktyki chorób nowotworowych.
C2	Przekazanie wiedzy na temat profilaktyki nadwagi i otyłości, profilaktyki uzależnień.
C3	Rozpoznanie i zapobieganie czynnikom ryzyka chorób cywilizacyjnych.
C4	Student potrafi sformułować zalecenia profilaktyczne w celu zapobiegania chorobom cywilizacyjnym .

4. EFEKTY UCZENIA SIĘ	
Numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:	
W1 EK_ZP1_W02	Posiada ogólną wiedzę na temat etiopatogenezy, diagnostyki i metod leczenia wybranych chorób, zwłaszcza o znaczeniu społecznym
W2 EK_ZP1_W05	Definiuje wpływ czynników behawioralnych i środowiskowych na stan zdrowia
W3	Prezentuje główne zagrożenia zdrowia i problemy zdrowotne ludności Polski w tym społeczeństw lokalnych

EK_ZP1_W06	
W4 EK_ZP1_W07	Przedstawia krajowe i europejskie źródła informacji i systemy monitorowania stanu zdrowia populacji
W5 EK_ZP1_W15	Definiuje pojęcia związane ze zdrowiem i stylem życia
W6 EK_ZP1_W17	Definiuje strategie stosowane na różnych poziomach oddziaływań profilaktycznych i promocji zdrowia

Umiejętności – Absolwent potrafi:

U1 EK_ZP1_U02	Stosuje umiejętność zastosowania nabytej wiedzy na płaszczyźnie interpersonalnej podczas pracy w grupie
U2 EK_ZP1_U06	Identyfikuje zagrożenia środowiskowe dla zdrowia populacji
U3 EK_ZP1_U08	Dokonuje diagnozy i wskazuje problemy o znaczeniu kluczowym dla zdrowia populacji w poszczególnych sferach społecznych
U4 EK_ZP1_U10	Posiada umiejętności udziału w tworzeniu i wdrażaniu lokalnych projektów i działań w obszarze ochrony zdrowia publicznego
U5 EK_ZP1_U14	Wyraża swoją wiedzę pisemnie i ustnie (np. poprzez przeprowadzenie prezentacji) na poziomie akademickim

Kompetencje społecznych – Absolwent jest gotów do:

K1 EK_ZP1_K03	Cechuje się postawą odpowiedzialności za problemy środowiska lokalnego
K2 EK_ZP1_K04	Przejawia szacunek wobec pacjenta/klienta i zrozumienie jego trudności

5. ZAJĘCIA

Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
W1-Wykład	Profilaktyka nadwagi i otyłości, cz.1. Sposób żywienia i aktywność fizyczna jako profilaktyka rozwoju chorób cywilizacyjnych. Epidemiologia nowotworów.	EK_ZP1_W02 EK_ZP1_W15 EK_ZP1_W06 EK_ZP1_W05 EK_ZP1_U06 EK_ZP1_K04 EK_ZP1_U08 EK_ZP1_W07
W2-Wykład	Profilaktyka nadwagi i otyłości, cz.2.	EK_ZP1_W02 EK_ZP1_W15 EK_ZP1_W06 EK_ZP1_W05 EK_ZP1_U06 EK_ZP1_K04 EK_ZP1_U08
W3-Wykład	Czynniki ryzyka chorób cywilizacyjnych, występowanie czynników ryzyka: dieta, aktywność fizyczna, palenie tytoniu, nadużywanie alkoholu, niedobór witaminy D3, zanieczyszczenie powietrza, zmiany klimatyczne.	EK_ZP1_W05 EK_ZP1_W06 EK_ZP1_W15 EK_ZP1_W17 EK_ZP1_U06 EK_ZP1_U08 EK_ZP1_K03

W4-Wykład	Czynniki ryzyka chorób pochodzenia środowiskowego wpływające na choroby cywilizacyjne, działania profilaktyczne: infekcyjne i nieinfekcyjne choroby układu oddechowego, alergie, nikotynizm, profilaktyka pierwszorzędowa, drugorzędowa i trzeciorzędowa.	EK_ZP1_W05 EK_ZP1_W06 EK_ZP1_W15 EK_ZP1_W17 EK_ZP1_U06 EK_ZP1_U08 EK_ZP1_K03
S1-Seminarium	Środowiskowe i genetyczne uwarunkowania rozwoju nowotworu złośliwego. Wpływ nawyków żywienia i aktywności fizycznej na ryzyko wystąpienia nowotworu złośliwego.	EK_ZP1_W05 EK_ZP1_W02 EK_ZP1_W06 EK_ZP1_U06 EK_ZP1_K03
S2-Seminarium	Profilaktyka chorób nowotworowych. Rola badań przesiewowych w chorobach nowotworowych. Nauka samobadania piersi.	EK_ZP1_K04 EK_ZP1_W17 EK_ZP1_U08 EK_ZP1_K03 EK_ZP1_W02
S3-Seminarium	Opracowanie zaleceń dietetycznych w celu zapobiegania nadwagi i otyłości, jako element profilaktyki chorób cywilizacyjnych. Ocena zapotrzebowania na podstawowe składniki odżywcze dla osób zdrowych. Opracowanie przykładowego treningu fizycznego w celu zapobiegania nadwadze i otyłości.	EK_ZP1_W02 EK_ZP1_W15 EK_ZP1_U02 EK_ZP1_U10 EK_ZP1_K04 EK_ZP1_U14
S4-Seminarium	Analiza przypadku. Profilaktyka chorób nowotworowych (rak piersi). Zaproponowanie badań przesiewowych, ocena stanu odżywienia. Zaproponowanie zaleceń profilaktyki chorób nowotworowych (rak piersi) oraz opracowanie przykładowego jadłospisu dla pacjentki.	EK_ZP1_W02 EK_ZP1_W15 EK_ZP1_U02 EK_ZP1_U10 EK_ZP1_K04 EK_ZP1_U14
S5-Seminarium	Profilaktyka uzależnień (alkoholizm, narkomania, dopalacze, lekomania).	EK_ZP1_W05 EK_ZP1_W02 EK_ZP1_W15 EK_ZP1_U06 EK_ZP1_K04
S6-Seminarium	Etiopatogeneza i profilaktyka wybranych chorób układu krążenia (m.in. choroba niedokrwienna serca, nadciśnienie tętnicze).	EK_ZP1_W02 EK_ZP1_W05 EK_ZP1_W06 EK_ZP1_W17 EK_ZP1_U08 EK_ZP1_K03
S7-Seminarium	Etiopatogeneza i profilaktyka wybranych nienowotworowych chorób układu oddechowego (m.in. przewlekła obturacyjna choroba płuc).	EK_ZP1_W02 EK_ZP1_W05 EK_ZP1_W06 EK_ZP1_W17 EK_ZP1_U08 EK_ZP1_K03
S8-Seminarium	Etiopatogeneza i profilaktyka chorób alergicznych i astmy (w tym alergia pokarmowa z nietolerancją pokarmową).	EK_ZP1_W02 EK_ZP1_W05 EK_ZP1_W06 EK_ZP1_W17 EK_ZP1_U06 EK_ZP1_U08 EK_ZP1_K03
S9-Seminarium	Etiopatogeneza i profilaktyka wybranych chorób ośrodkowego układu nerwowego (m.in. zespoły otępienne), układu kostno-stawowego (choroba zwyrodnieniowa stawów, osteoporoza, dna moczanowa), układu moczowego (kamica moczowa), narządu wzroku.	EK_ZP1_W02 EK_ZP1_W05 EK_ZP1_W06 EK_ZP1_W17

		EK_ZP1_U06 EK_ZP1_U08 EK_ZP1_K03
S10-Seminarium	Seminarium podsumowujące. Czynniki ryzyka chorób wieku podeszłego, polityka senioralna, przygotowanie do aktywnej zdrowej starości: definicja wieku senioralnego, cechy starości (choroby wieku podeszłego, niepełnosprawność), ryzyka przedwczesnej utraty zdrowia i skrócenia oczekiwanej długości życia (badanie Polsenior I, Polsenior II), całożyciowe dbanie o zdrowie, polityka aktywizacji osób w wieku podeszłym, ustawa o osobach starszych, organizacja opieki senioralnej w polityce państwa i samorządów.	EK_ZP1_W05 EK_ZP1_W06 EK_ZP1_W15 EK_ZP1_W17 EK_ZP1_U06 EK_ZP1_U08 EK_ZP1_K03

6. LITERATURA

Obowiązkowa

„Zdrowie Publiczne – wymiar społeczny i ekologiczny” pod red. Stanisławy Golinowskiej, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2022.

Uzupełniająca

7. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
W1, W2, W3, W4, W5, W6, U1, U2, U3, U4, U5, K1, K2	Zakład Profilaktyki Onkologicznej Zaliczenie – test	co najmniej 50% wszystkich możliwych do zdobycia punktów
	Zakład Profilaktyki Zagrożeń Środowiskowych, Alergologii i Immunologii Przygotowanie i przedstawienie na seminarium zaliczeniowym wybranych problemów profilaktyki chorób cywilizacyjnych na potrzeby polityki senioralnej	określenie przez prowadzącą zajęcia osobę jakości przygotowanej prezentacji

8. INFORMACJE DODATKOWE

Zakład Profilaktyki Onkologicznej
2 możliwe terminy zaliczenia przedmiotu
1 termin : test
2 termin: zaliczenie poprawkowe

Zakład Profilaktyki Zagrożeń Środowiskowych, Alergologii i Immunologii
nieilimitowana liczba możliwych terminów zaliczeń przedmiotu

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