

# DIETETYKA I PSYCHOLOGIA ZDROWIA

Program jest zgodny z przepisami ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz.U. z 2022 r. poz. 574 z późn. zm., dalej „pswn”)



**2**

SEMESTRY



**285h**  
TEORII



STAŁY DOSTĘP  
DO WSZYSTKICH  
MATERIAŁÓW



NOWOCZESNOŚĆ  
I PONAD 20 LAT  
TRADYCJI

## SEMESTR I

- Anatomia i fizjologia żywienia człowieka
- Podstawy żywienia człowieka. Żywienie w poszczególnych okresach życia
- Podstawy psychologii jedzenia i odchudzania się. Elementy terapii poznawczo-behawioralnej a zmiana nawyków żywieniowych
- Zalecenia dietetyczne w zdrowiu i chorobie. Aktywność fizyczna jako element profilaktyki i terapii
- Podstawy prawa i etyki
- Podstawy psychologii emocji i motywacji. Dialog motywujący jako wsparcie zmiany nawyków żywieniowych

## SEMESTR II

- Poradnictwo dietetyczne z zasadami układania jadłospisów (skład żywności, normy żywienia). Układanie planów żywieniowych i behawioralnych
- Komunikacja z pacjentem i przeprowadzanie wywiadu żywieniowego
- Analiza sposobu żywienia i stanu odżywiania
- Pokonywanie barier i trudności w pracy dietetyka i psychologa zdrowia