

## ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

### (1) ΓΕΝΙΚΑ

|   |  |                           |                |
|---|--|---------------------------|----------------|
| <b>ΣΧΟΛΗ</b>  | ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ   |                           |                |
| <b>ΤΜΗΜΑ</b>  | ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ                             |                           |                |
| <b>ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ</b>  | ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΟ  |                           |                |
| <b>ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>  | ΕΔΔ 501  | ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ           | 5 <sup>ο</sup> |
| <b>ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>   | <u><a href="#">ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΣ ΜΙΚΡΟΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ</a></u> |                           |                |
| <b>ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ</b><br><i>σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων</i> | <b>ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b>                             | <b>ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ</b> |                |
| ΔΙΑΛΕΞΕΙΣ   | 3  | 6                         |                |
| ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ  | 2  |                           |                |
| <b>ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b><br><i>γενικού υποβάθρου, ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων</i>   | ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ / ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΟ   |                           |                |
| <b>ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:</b>   | ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΟΥΝ   |                           |                |
| <b>ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:</b>  | ΕΛΛΗΝΙΚΗ   |                           |                |
| <b>ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS</b>  | ΝΑΙ (στην Αγγλική Γλώσσα)  |                           |                |
| <b>ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)</b>   |  |                           |                |

### (2) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

#### Μαθησιακά Αποτελέσματα

Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.

Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α

- Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με το Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης
- Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και το Παράρτημα Β

• *Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων*

Σκοπός του μαθήματος είναι η μελέτη της πέψης, απορρόφησης, βιοδιαθεσιμότητας και μεταβολισμού των μικροσυστατικών και οι αλληλεπιδράσεις τους. Επίσης, η μελέτη της σύστασης του ανθρώπινου σώματος σε μικροθρεπτικά συστατικά και η συσχέτισή τους με τη λειτουργία του οργανισμού.

Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο/η φοιτητής/τρια δύναται να :

- διαθέτει γνώση και κριτική κατανόηση θεωριών και αρχών πέψης, απορρόφησης, βιοδιαθεσιμότητας και μεταβολισμού των μικροθρεπτικών συστατικών.
- κατανοεί τη ρύθμιση της ισορροπίας των υγρών και των ηλεκτρολυτών στον ανθρώπινο οργανισμό
- αντιλαμβάνεται τη συσχέτιση της διατροφής και του μεταβολισμού των μικροθρεπτικών συστατικών με τη λειτουργία του οργανισμού
- κατανοεί την επίδραση των μικροθρεπτικών συστατικών στη δημιουργία μεταβολικών νοσημάτων και τη διασύνδεσή τους με την κλινική πρακτική.

**Γενικές Ικανότητες**

*Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα;*

|  |   |
|--|---|
| <i>Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών</i> | <i>Σχεδιασμός και διαχείριση έργων</i>  |
| <i>Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις</i>  | <i>Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα</i>                                    |
| <i>Λήψη αποφάσεων</i>  | <i>Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον</i>   |
| <i>Αυτόνομη εργασία</i>  | <i>Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου</i> |
| <i>Ομαδική εργασία</i>   | <i>Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής</i>   |
| <i>Εργασία σε διεθνές περιβάλλον</i>   | <i>Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης</i>                                   |
| <i>Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον</i>  | <i>.....</i>  |
| <i>Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών</i>   | <i>Άλλες...</i>   |
|  | <i>.....</i>  |

Ο/Η φοιτητής/-τρια έχοντας ολοκληρώσει το συγκεκριμένο μάθημα θα έχει περαιτέρω αναπτύξει τις ακόλουθες γενικές ικανότητες:

- Αυτόνομη εργασία
- Ομαδική εργασία
- Αναζήτηση και ανάλυση δεδομένων και πληροφοριών με τη χρήση της τεχνολογίας
- Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής
- Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης

**(3) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

Το μάθημα είναι μικτό (περιέχει θεωρητικό και εργαστηριακό μέρος)

Η ύλη του μαθήματος έχει ως ακολούθως:

- Σωματικά υγρά και ηλεκτρολυτική ισορροπία
- Σύσταση σώματος και ενεργειακή κατανάλωση
- Υδατοδιαλυτές βιταμίνες

- Λιποδιαλυτές βιταμίνες
- Ελεύθερες ρίζες
- Μακροστοιχεία I (Ασβέστιο, Φώσφορος, Μαγνήσιο)
- Μακροστοιχεία II (Νάτριο, Κάλιο, Χλώριο)
- Μικροστοιχεία I (Σίδηρος, Ψευδάργυρος, Χαλκός, σελήνιο)
- Μικροστοιχεία II (Χρώμιο, Ιώδιο, Μαγγάνιο)
- Μικροστοιχεία III (Μολυβδαίνιο, φθόριο)
- Υπεριχνοστοιχεία
- Εργαστηριακές ασκήσεις βασισμένες στη θεωρία του μαθήματος

#### (4) ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

| <p><b>ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ</b><br/>Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.</p>   | <p>Πρόσωπο με πρόσωπο</p>   |  |                      |                                 |           |    |  |    |  |    |                |   |                     |   |                  |    |                         |            |
|---|---|--|----------------------|---------------------------------|-----------|----|--|----|--|----|----------------|---|---------------------|---|------------------|----|-------------------------|------------|
| <p><b>ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ</b><br/>Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</p>   | <p>Διδασκαλία με χρήση Τ.Π.Ε</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Power Point</li> <li>2. Ασύγχρονη διδασκαλία μέσω e-class</li> <li>3. Εξειδικευμένο λογισμικό</li> </ol>   |  |                      |                                 |           |    |  |    |  |    |                |   |                     |   |                  |    |                         |            |
| <p><b>ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b><br/>Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.<br/><br/>Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη &amp; ανάλυση βιβλιογραφίας, , Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.<br/><br/>Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS</p> | <table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="695 951 1060 1003"><b>Δραστηριότητα</b></th> <th data-bbox="1068 951 1343 1003"><b>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</b></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="695 1014 1060 1045">Διαλέξεις</td> <td data-bbox="1068 1014 1343 1045">39</td> </tr> <tr> <td data-bbox="695 1056 1060 1119">Εργαστηριακή Άσκηση ή μελέτες περίπτωσης</td> <td data-bbox="1068 1056 1343 1119">26</td> </tr> <tr> <td data-bbox="695 1129 1060 1234">Συγγραφή εργαστηριακών εκθέσεων ή ομαδική σε μελέτη περίπτωσης</td> <td data-bbox="1068 1129 1343 1234">13</td> </tr> <tr> <td data-bbox="695 1245 1060 1276">Τελική Εξέταση</td> <td data-bbox="1068 1245 1343 1276">2</td> </tr> <tr> <td data-bbox="695 1287 1060 1318">Εξέταση Εργαστηρίου</td> <td data-bbox="1068 1287 1343 1318">2</td> </tr> <tr> <td data-bbox="695 1329 1060 1360">Αυτοτελής μελέτη</td> <td data-bbox="1068 1329 1343 1360">68</td> </tr> <tr> <td data-bbox="695 1371 1060 1402"><b>Σύνολο Μαθήματος</b></td> <td data-bbox="1068 1371 1343 1402"><b>150</b></td> </tr> </tbody> </table> |  | <b>Δραστηριότητα</b> | <b>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</b> | Διαλέξεις | 39 | Εργαστηριακή Άσκηση ή μελέτες περίπτωσης | 26 | Συγγραφή εργαστηριακών εκθέσεων ή ομαδική σε μελέτη περίπτωσης | 13 | Τελική Εξέταση | 2 | Εξέταση Εργαστηρίου | 2 | Αυτοτελής μελέτη | 68 | <b>Σύνολο Μαθήματος</b> | <b>150</b> |
| <b>Δραστηριότητα</b>  | <b>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</b>   |  |                      |                                 |           |    |  |    |  |    |                |   |                     |   |                  |    |                         |            |
| Διαλέξεις   | 39  |  |                      |                                 |           |    |  |    |  |    |                |   |                     |   |                  |    |                         |            |
| Εργαστηριακή Άσκηση ή μελέτες περίπτωσης  | 26  |  |                      |                                 |           |    |  |    |  |    |                |   |                     |   |                  |    |                         |            |
| Συγγραφή εργαστηριακών εκθέσεων ή ομαδική σε μελέτη περίπτωσης  | 13  |  |                      |                                 |           |    |  |    |  |    |                |   |                     |   |                  |    |                         |            |
| Τελική Εξέταση  | 2   |  |                      |                                 |           |    |  |    |  |    |                |   |                     |   |                  |    |                         |            |
| Εξέταση Εργαστηρίου   | 2   |  |                      |                                 |           |    |  |    |  |    |                |   |                     |   |                  |    |                         |            |
| Αυτοτελής μελέτη  | 68  |  |                      |                                 |           |    |  |    |  |    |                |   |                     |   |                  |    |                         |            |
| <b>Σύνολο Μαθήματος</b>   | <b>150</b>  |  |                      |                                 |           |    |  |    |  |    |                |   |                     |   |                  |    |                         |            |
| <p><b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</b></p>   | <p>Η γλώσσα αξιολόγησης είναι η ελληνική.</p>   |  |                      |                                 |           |    |  |    |  |    |                |   |                     |   |                  |    |                         |            |

|   |   |
|---|---|
| <p>Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης</p> <p>Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες</p> <p>Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.</p> | <p>Το θεωρητικό μέρος του μαθήματος εξετάζεται με γραπτή δοκιμασία η οποία περιέχει ερωτήσεις ανάπτυξης ή/και συνδυαστικές ερωτήσεις ή/και συνδυασμό ερωτήσεων σύντομης απάντησης, ανάπτυξης και πολλαπλής επιλογής, ενώ το εργαστηριακό μέρος του μαθήματος εξετάζεται μέσω γραπτών εργασιών - αναφορών των εργαστηριακών ασκήσεων που πραγματοποιούνται κατά τη διάρκεια του εξαμήνου ή/και με τελική γραπτή εξέταση σε θέματα (ανάπτυξη και επίλυση ασκήσεων) που σχετίζονται με τις εργαστηριακές ασκήσεις που πραγματοποιούνται κατά τη διάρκεια του εξαμήνου ή ομαδική εργασία μελέτης περίπτωσης.</p> <p>Στο συνολικό βαθμό αξιολόγησης του μαθήματος συμμετέχει κατά 70% ο βαθμός αξιολόγησης του θεωρητικού μέρους του μαθήματος και κατά 30% ο βαθμός αξιολόγησης του εργαστηριακού μέρους με την προϋπόθεση ότι και οι δύο βαθμοί είναι τουλάχιστον πέντε (5).</p> |
|---|---|

#### **(5) ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

- 1) Διατροφή & Μεταβολισμός. S.S GROPPER, J.L. SMITH, J.L. GROFF. Έκδοση 1<sup>η</sup>/2008. Broken Hill Publishers Ltd.
- 2) Διατροφή και Μεταβολισμός, Λ Συντώσης, Α Σκενδέρη. 2016. Broken Hill Publishers Ltd.