

PROMOCJA ZDROWIA I EDUKACJA ZDROWOTNA

1. Informacje o przedmiocie (zajęciach), jednostce koordynującej przedmiot, osobie prowadzącej:

- 1.1. Nazwa przedmiotu (zajęć): **Promocja zdrowia i edukacja zdrowotna**
- 1.2. Forma przedmiotu: **wyklady**
- 1.3. Przedmiot wprowadzający (poprzedzający): Biologia, Anatomia
- 1.4. Instytut/ Katedra koordynująca przedmiot (zajęcia): **Zakład Kosmetologii**
- 1.5. Kierunek kształcenia: **Kosmetologia I stopnia**
- 1.6. Liczba godzin zajęć przewidziana planem studiów:
 - a) stacjonarnych: **30 godzin**
 - b) niestacjonarnych: **20 godzin**
- 1.7. Szacowany przez nauczyciela nakład pracy studenta niezbędny do osiągnięcia zakładanych efektów kształcenia (określony w godzinach): **50 godz.**
- 1.8. Liczba punktów ECTS: **3**
- 1.9. Osoba prowadząca przedmiot (zajęcia): **mgr Danuta Grott-Dojlidko**
- 1.10. Osoba koordynująca przedmiot (zajęcia): **mgr Danuta Grott-Dojlidko**

2. Cel zajęć, efekty kształcenia oraz sposób ich weryfikacji:

2.1. Cel zajęć:

W trakcie zajęć studenci zapoznają się z materiałem obejmującym podstawowe zagadnienia z wychowania zdrowotnego i ekologicznego poprzez edukację zdrowotną, która uczy troszczyć się o zdrowie własne i innych ludzi. Głównym celem wychowania edukacyjnego i ekologicznego jest podniesienie wiedzy o skutkach ekologicznych powodowanych zanieczyszczeniami i kształtowanie właściwych postaw w zakresie ochrony środowiska, a także rozwijanie kompetencji dla utrzymania i poprawy zdrowia, oraz samopoczucia i jakości życia.

2.2. Efekty kształcenia po zakończeniu kursu w zakresie:

a. wiedzy:

1. Student definiuje:

- a) podstawowe pojęcie zdrowia, polityki zdrowotnej, edukacji zdrowotnej,
- b) determinanty zdrowia,
- c) prozdrowotne style życia,
- d) prawidłowe odżywianie się,
- e) aktywność fizyczną,
- f) unikanie palenia tytoniu i nadmiernej konsumpcji alkoholu,
- g) umiejętność radzenia sobie ze stresem,
- h) prawidłowe reagowanie na czynniki ryzyka i symptomy choroby.

b. umiejętności:

1. Wdrażanie zmiany sposobu żywienia ludności i wiedzy o jakości zdrowotnej żywności służącej zmniejszeniu występowania otyłości.
2. Wykorzystywanie wiedzy nt. używania substancji psychoaktywnych i związanych z tym skutków zdrowotnych.
3. Promowanie i wdrażanie aktywnego, zdrowego trybu życia.
4. Zmniejszenie narażenia na czynniki szkodliwe w środowisku życia i pracy.
5. Zwiększenie skuteczności zapobiegania chorobom zakaźnym i zakażeniom.

c. kompetencji społecznych:

1. Promowanie zdrowego stylu życia poprzez zwiększoną aktywność fizyczną.
2. Dbalność o profilaktykę wirusowego zapalenia wątroby typ B i C.
3. Determinacja do promocja zdrowia w miejscu pracy i nauki.

2.3. Określenie w skali 0-3 pkt. efektów kształcenia:

a. w zakresie wiedzy: **3** pkt.

b. w zakresie umiejętności: **3** pkt.

c. w zakresie kompetencji personalnych i społecznych: **3** pkt.

2.4. Sposób weryfikacji (oceny) efektów kształcenia:

- Zaliczenie w formie pisemnej.

3. Treści kształcenia - tematyka poszczególnych zajęć oraz liczba godzin zajęć dotyczących danego tematu:

Wykłady:

1. Definiowanie zdrowia (wg WHO) i choroby. (2 godz.)
2. Modele zdrowia, mierniki zdrowia. (3 godz.)
3. Czynniki warunkujące zdrowie. (2 godz.)
4. Pojęcie i zakres edukacji zdrowotnej. (3 godz.)
5. Edukacja zdrowotna, a terapia i profilaktyka chorób oraz promocja zdrowia. (3 godz.)
6. Wybrane polityki i strategie zdrowotne. (3 godz.)
7. Ograniczenie występowania chorób cywilizacyjnych, społecznych, niepełnosprawności i przedwczesnej umieralności, poprzez profilaktykę i leczenie. (3 godz.)
8. Sytuacja zdrowotna społeczeństwa polskiego. Poprawa warunków sanitarnych kraju. (3 godz.)
9. Zdrowie publiczne, polityka zdrowotna, promocja zdrowia- wzajemne relacje i uwarunkowania. (3 godz.)
10. Udział promocji zdrowia w osiąganiu celów zdrowotnych. (3 godz.)
11. Narodowy Program Zdrowia na lata 2007-2013. (3 godz.)

4. Literatura przedmiotu:

podstawowa:

1. Murarow I. red.: Zdrowie istota, diagnostyka i strategie zdrowotne. Materiały i Międzynarodowej Konferencji Naukowej. Radom 2001
2. Woynarowska B.: Edukacja zdrowotna. PWN Warszawa 2007.
3. Karski J.: Praktyka i teoria promocji zdrowia. Wyd. Ce De Wu. Warszawa, 2003.

uzupełniająca:

1. Jethon Z., Grzybowski A. (red.): Medycyna zapobiegawcza i środowiskowa PZWL, Warszawa, Wyd. 2, 2000 r.
2. Woynarowska B.: Zdrowie i szkoła. PZWL Warszawa, 2000.
3. Narodowy Program Zdrowia 2007-2012.
4. Przegląd epidemiologiczny 2003;57: 513-9.

5. Inne pomoce dydaktyczne:

Pokaz multimedialny: komputer z podłączeniem do rzutnika.