

«ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ»

ΓΕΝΙΚΑ

ΣΧΟΛΗ	Επιστημών Υγείας		
ΤΜΗΜΑ	Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	Προπτυχιακό (Πρώτος κύκλος σπουδών)		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	0809.7.005.0	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	7 ^ο
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΑΣΚΗΣΗ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ		
ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ <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>	ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ	
	Διαλέξεις		
	Άσκηση		
ΣΥΝΟΛΟ			8
ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ <i>Υποβάθρου , Γενικών Γνώσεων, Επιστημονικής Περιοχής, Ανάπτυξης Δεξιοτήτων</i>	ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:			
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	Ελληνική (με δυνατότητα παρουσιάσεων στα αγγλικά)		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	Ναι		
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)			

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 Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης
- Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και Παράρτημα Β
- Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων

Ο όρος "Άσκηση" υποδηλώνει τη δυνατότητα που έχουν οι φοιτητές να απασχοληθούν σε άλλους επιστημονικούς ή κοινωνικούς ή οικονομικούς φορείς, με σκοπό να συνδέσουν τη γνώση με την πρακτική εφαρμογή. Έτσι οι φοιτητές θα βοηθηθούν στην απόφασή τους ποια κατεύθυνση (π.χ. κοινοτική διατροφή, κλινική διατροφή, διαιτολογία κ.α.) θα επιλέξουν να ακολουθήσουν, να συνειδητοποιήσουν ποιες γνώσεις και δεξιότητες έχουν ήδη αποκτήσει μέσω των σπουδών τους, και ποιες χρειάζεται να αναπτύξουν περαιτέρω πριν εισέλθουν στην αγορά εργασίας, καθώς και να έρθουν αντιμέτωποι με την πραγματικότητα της αγοράς εργασίας (απαιτήσεις, συνέπεια, επίπεδο γνώσεων, ανταγωνισμός, κοινωνικές σχέσεις). Η διατροφή της κοινότητας είναι ένας από τους πολλούς τομείς δράσης της προαγωγής της υγείας του πληθυσμού. Αντίθετα με την κλινική διατροφή, η διατροφή της κοινότητας απευθύνεται σε πληθυσμούς υγιών, ή φαινομενικά υγιών ατόμων και έχει ως στόχο την πρόληψη των σχετικών με τη διατροφή νόσων (π.χ. της παχυσαρκίας, του σακχαρώδους διαβήτη, του υποσιτισμού) και την προαγωγή της υγείας τους στην κοινότητα.

Το πρόγραμμα της άσκησης στην κοινότητα έχει ως κύρια αντικείμενα την εκτίμηση των αναγκών της κοινότητας (community assessment), την εφαρμογή των κατάλληλων πολιτικών (policy development) και τη διασφάλιση της υγείας της κοινότητας (public health assurance).

1. Η εκτίμηση των αναγκών της κοινότητας

Στη φάση εκτίμησης των αναγκών της κοινότητας, συλλέγονται δεδομένα μέσω ερωτηματολογίων ή ειδικών επιδημιολογικών ερευνών (π.χ. η μελέτη NHANES στην Αμερική), που αφορούν στα κοινωνικά προβλήματα και στην ποιότητα ζωής των κατοίκων, δημογραφικά και ανθρωπομετρικά δεδομένα, επιλεγμένοι δείκτες υγείας της υποομάδας του πληθυσμού που έχει επιλεχθεί, δεδομένα για τις διατροφικές συνήθειες κ.α.

2. Η εφαρμογή των κατάλληλων πολιτικών

Στην επόμενη φάση, ακολουθεί ο σχεδιασμός και η εφαρμογή των κατάλληλων για την ομάδα-στόχο διατροφικών παρεμβάσεων.

3. Η διασφάλιση της υγείας της κοινότητας

Το τελευταίο βήμα στη διατροφή της κοινότητας, είναι η διασφάλιση της υγείας του πληθυσμού. Σε αυτό το στάδιο, οι διαιτολόγοι πρέπει να υποστηρίζουν τη θέσπιση νομοθετικών μέτρων, που υποχρεώνουν τη διαρκή εφαρμογή διατροφικών προγραμμάτων σε ομάδες του πληθυσμού που χρήζουν διατροφικής φροντίδας (π.χ. ηλικιωμένοι), να αναπτύσσουν δεσμούς με τους υπόλοιπους λειτουργούς υγείας και με μη κερδοσκοπικούς ή κυβερνητικούς οργανισμούς για την αποτελεσματικότερη διεκδίκηση κοινωνικών μέτρων, να αναπτύσσουν επικοινωνιακά προσόντα και δεξιότητες, για να μπορούν να υποστηρίζουν αποτελεσματικότερα τις διατροφικές πολιτικές και να διεξάγουν προκαταρκτικές έρευνες κόστους-αποτελεσματικότητας για τις διατροφικές πολιτικές που προτείνουν.

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:

Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών

Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις

Λήψη αποφάσεων

Αυτόνομη εργασία

Ομαδική εργασία

Εργασία σε διεθνές περιβάλλον

Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον

Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών

Σχεδιασμός και διαχείριση έργων

Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα

Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον

Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας

και ευαισθησίας σε θέματα φύλου

Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής

Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης

- Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών
- Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις
- Εφαρμογή της γνώσης στην πράξη
- Αυτόνομη εργασία και λήψη αποφάσεων
- Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον
- Σχεδιασμός, υλοποίηση και αξιολόγηση διατροφογενετικών υπηρεσιών.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Εφαρμογή διατροφικής πολιτικής στην κοινότητα

Η διαρκής εφαρμογή μιας διατροφικής πολιτικής στην κοινότητα βασίζεται σε επαρκή επιστημονικά στοιχεία, που αποδεικνύουν την αναγκαιότητα εφαρμογής της (π.χ. ένα

σημαντικό μέρος του πληθυσμού των ηλικιωμένων στην κοινότητα βρίσκεται σε κίνδυνο υποσιτισμού), την αποτελεσματικότητά της (π.χ. η παροχή θρεπτικών γευμάτων σε ηλικιωμένους με χαμηλό εισόδημα βελτίωσε τη διατροφική τους κατάσταση), και το ανεκτό της κόστος. Εταίροι σε αυτήν την πολιτική είναι οι υπηρεσίες υγείας και η τοπική αυτοδιοίκηση.

Διατροφικά προγράμματα για ηλικιωμένα άτομα

Ενισχύουμε προγράμματα (στην κοινότητα) που χρηματοδοτούνται από κυβερνητικούς, εθελοντικούς, μη κερδοσκοπικούς και ιδιωτικούς οργανισμούς, και έχουν ως στόχο να υποβοηθούνται οι μειονεκτούσες ομάδες του πληθυσμού για την κάλυψη των διατροφικών τους αναγκών. Δεδομένης της αυξημένης συχνότητας του υποσιτισμού και της κακής θρέψης στους ηλικιωμένους, εν συγκρίσει με οποιαδήποτε άλλη ηλικιακή ομάδα, μεγάλος αριθμός των προγραμμάτων αυτών απευθύνεται στην κάλυψη των διατροφικών αναγκών των ηλικιωμένων ατόμων και έχουν ιδιαίτερη σημασία επειδή μειώνουν το κόστος στις υπηρεσίες περίθαλψης και καθυστερούν τη μεταφορά των ηλικιωμένων σε νοσηλευτικά ιδρύματα.

Υπηρεσίες των προγραμμάτων στην κοινότητα

Οι υπηρεσίες που θα παρέχονται είναι η διατροφική αξιολόγηση και ο έλεγχος της διατροφικής κατάστασης των ηλικιωμένων (απίσχυση, υποσιτισμός) στους ίδιους χώρους, η υποβοήθηση των ηλικιωμένων με ανικανότητα στις μετακινήσεις, τις αγορές τροφίμων και το μαγείρεμα, κ.ά. Στην Ελλάδα, οι κυριότερες δομές κοινωνικής φροντίδας για τους ηλικιωμένους στην κοινότητα είναι τα Κέντρα Ανοικτής Προστασίας Ηλικιωμένων (Κ.Α.Π.Η.), οι Λέσχες Φιλίας, τα Κέντρα Ημερήσιας Φροντίδας Ηλικιωμένων (Κ.Η.Φ.Η.) και το Πρόγραμμα «Βοήθεια στο Σπίτι». Μέσω της άσκησης στην κοινότητα γίνονται διατροφικές παρεμβάσεις στους χώρους κοινωνικής φροντίδας, όπως κέντρα υγείας και αγροτικά ιατρεία, σε Κ.Α.Π.Η, αλλά και σε παιδικούς σταθμούς, σε ορφανοτροφεία, σε κέντρα ατόμων με ειδικές ικανότητες (ΑμΕΑ) κ.λπ. Στις υπηρεσίες περιλαμβάνονται μαθήματα, αλλά και συμβουλευτική-παιδαγωγική της διατροφής. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στα μικρά, στα ορεινά και στα απομακρυσμένα χωριά.

ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ

*Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως
εκπαίδευση κ.λπ.*

Σε ομάδες φοιτητών με επισκέψεις στην κοινότητα

<p align="center">ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ <i>Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</i></p>	<p>Υποστήριξη Μαθησιακής διαδικασίας μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας e-class και Ιντερνέτ</p>															
<p align="center">ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</p> <p>Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας. <i>Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.</i></p> <p><i>Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης ώστε ο συνολικός φόρτος εργασίας σε επίπεδο εξαμήνου να αντιστοιχεί στα standards του ECTS</i></p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th align="center"><i>Δραστηριότητα</i></th> <th align="center"><i>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</i></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Διαλέξεις</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Άσκηση</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Μελέτη & Ανάλυση βιβλιογραφίας</td> <td align="center">40</td> </tr> <tr> <td>Μη καθοδηγούμενη Μελέτη</td> <td align="center">40</td> </tr> <tr> <td>Επισκέψεις στην κοινότητα</td> <td align="center">120</td> </tr> <tr> <td>Σύνολο Μαθήματος (25 ώρες φόρτου εργασίας ανά πιστωτική μονάδα)</td> <td align="center">200</td> </tr> </tbody> </table>	<i>Δραστηριότητα</i>	<i>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</i>	Διαλέξεις		Άσκηση		Μελέτη & Ανάλυση βιβλιογραφίας	40	Μη καθοδηγούμενη Μελέτη	40	Επισκέψεις στην κοινότητα	120	Σύνολο Μαθήματος (25 ώρες φόρτου εργασίας ανά πιστωτική μονάδα)	200	
<i>Δραστηριότητα</i>	<i>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</i>															
Διαλέξεις																
Άσκηση																
Μελέτη & Ανάλυση βιβλιογραφίας	40															
Μη καθοδηγούμενη Μελέτη	40															
Επισκέψεις στην κοινότητα	120															
Σύνολο Μαθήματος (25 ώρες φόρτου εργασίας ανά πιστωτική μονάδα)	200															
<p align="center">ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</p> <p><i>Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης</i></p> <p><i>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</i></p> <p><i>Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.</i></p>	<p><u>Αξιολόγηση</u></p> <p>Μέσω κλείδας αξιολόγησης (50%).</p> <p>Υλοποίηση μίας (1) μελέτης στηριγμένης σε πραγματικά περιστατικά στην κοινότητα (50%).</p>															

ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

<ul style="list-style-type: none"> • Ζαμπέλας Α. (2003) Η Διατροφή στα στάδια της ζωής Ιατρικές Εκδόσεις Π.Χ. Πασχαλίδης, Αθήνα • Ζαμπέλας Α. (επιμ) (2007) Κλινική διατροφή και διαιτολογία με στοιχεία παθολογίας Ιατρικές Εκδόσεις Π.Χ. Πασχαλίδης, Αθήνα • Υπουργείο Υγείας, Πρόνοιας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης, Ανώτατο Ειδικό Επιστημονικό Συμβούλιο Υγείας. (1999). Διατροφικές οδηγίες για ενήλικες στην Ελλάδα
