

## ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

### 1. ΓΕΝΙΚΑ

<b>ΣΧΟΛΗ</b>	ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ		
<b>ΤΜΗΜΑ</b>	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ		
<b>ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ</b>	Προπτυχιακό		
<b>ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>	<b>292</b>	<b>ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ</b>	<b>7ο</b>
<b>ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>	Διατροφική Επιδημιολογία & Δημόσια Υγεία		
<b>ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ</b> <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>
Διαλέξεις και Ασκήσεις Πράξης		5	6
<i>Προσθέστε σειρές αν χρειαστεί. Η οργάνωση διδασκαλίας και οι διδακτικές μέθοδοι που χρησιμοποιούνται περιγράφονται αναλυτικά στο 4.</i>			
<b>ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b> <i>Υποβάθρου , Γενικών Γνώσεων, Επιστημονικής Περιοχής, Ανάπτυξης Δεξιοτήτων</i>	Επιστημονικής Περιοχής		
<b>ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:</b>			
<b>ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:</b>	Ελληνική		
<b>ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS</b>	ΝΑΙ (στην Αγγλική)		
<b>ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)</b>			

### 2. ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

<p><b>Μαθησιακά Αποτελέσματα</b>  <i>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.</i></p> <p><i>Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης</li> <li>• Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 &amp; 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και Παράρτημα Β</li> <li>• Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων</li> </ul>
<p><b>Το μάθημα αποτελεί το βασικό εισαγωγικό μάθημα</b> στις βασικές αρχές που διέπουν τη διατροφική επιδημιολογία &amp; δημόσια υγεία, με έμφαση στη συσχέτιση τροφίμου/διατροφής/διατροφικής κατάστασης &amp; χρόνιες παθήσεις ή άλλα θέματα υγείας (πρόληψη ή αύξησης κινδύνου). Σκοπός του μαθήματος είναι η εξοικείωση των φοιτητών με τις βασικές αρχές που διέπουν τη διατροφική επιδημιολογία &amp; δημόσια υγεία, με το πως επιτυγχάνεται , μετά από πληθυσμιακό έλεγχο, η αλλαγή διατροφικών συνηθειών σε επίπεδο ατόμου, κοινότητας, και πληθυσμού για την προαγωγή καλής υγείας ή πρόληψη κακής υγείας, τις υπάρχουσες διατροφικές συστάσεις σε εθνικό και διεθνές επίπεδο, καθώς και με τον ρόλο του κράτους, και με το πώς επιτυγχάνεται η χάραξη πολιτικής στον τομέα της διατροφής.</p> <p>Το εν λόγω μάθημα θα εισάγει βασικές έννοιες που σχετίζονται τη διατροφική αξιολόγηση σε επίπεδο πληθυσμού, τις διατροφικές συστάσεις, τις πολιτικές για αλλαγή διατροφικών</p>

συνηθειών σε επίπεδο ατόμου, κοινότητας και πληθυσμού, τον ρόλο του κράτους στη δημόσια υγεία, τον καθορισμό προτεραιοτήτων σε παγκόσμιο και εθνικό επίπεδο, καθώς και την χάραξη πολιτικής και ηγετικές ικανότητες.

**Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής / τρια θα είναι σε θέση να:**

- Έχει κατανοήσει τα βασικά και κρίσιμα χαρακτηριστικά της επιδημιολογίας και τον ρόλο της στη δημόσια υγεία, καθώς και τη σύνδεση αυτής με την προαγωγή καλής υγείας ή πρόληψη κακής υγείας του πληθυσμού.
- Έχει γνώση των εργαλείων και των τεχνικών της αξιολόγησης διατροφικών συστάσεων και πολιτικών και πώς αυτές χρησιμοποιούνται για να επιφέρουν ωφέλιμες αλλαγές σε επίπεδο ατόμου, κοινότητας και πληθυσμού.
- Είναι σε θέση να διακρίνει τους βασικούς ρόλους στο σχεδιασμό και υλοποίηση μιας διατροφικής παρέμβασης, και να εκτιμήσει το ρόλο των ενδιαφερόμενων μερών στην αποτελεσματικότητά της.
- Χρησιμοποιεί τις μεθοδολογίες αξιολόγησης διατροφικών πολιτικών και διατροφικών συστάσεων για να προσδιορίσει βασικά χαρακτηριστικά, όπως τη χρησιμότητα και αποτελεσματικότητά τους.
- Αναλύει και υπολογίζει τα βασικά στοιχεία που εμπεριέχονται στη δημιουργία μια διατροφικής πολιτικής για τη διασφάλιση της δημόσιας υγείας.
- Συνεργαστεί με τους συμφοιτητές του για να αξιολογήσουν μια διατροφική παρέμβαση που έχει ως σκοπό την αλλαγή διατροφικών συνηθειών και κατ' επέκταση τη διασφάλιση της δημόσιας υγείας.

#### 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 απαραίτητων μέσων
- Λήψη αποφάσεων
- Αυτόνομη Εργασία
- Ομαδική Εργασία
- Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης

### 3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. Εισαγωγικό Μάθημα – Η μετάβαση στη διατροφική επιδημιολογία
2. Βασικές Αρχές Διατροφικής Επιδημιολογίας & Δημόσιας Υγείας
3. Θρεπτικά – Τρόφιμα - Επιδημίες & οι πρώτες παρεμβάσεις
4. Αξιολόγηση Διατροφικής Κατάστασης & Παρεμβάσεις σε Πληθυσμιακές Ομάδες
5. Καρδιαγγειακά νοσήματα – επιπολασμός – διατροφικές συστάσεις & παρεμβάσεις
6. Food Trends της εποχής μας: τρανς-, νάτριο και κορεσμένα λίπη
7. Υποσιτισμός– επιπολασμός – κίνδυνοι & παρεμβάσεις
8. Παχυσαρκία – επιπολασμός – συμπεριφορά – Διατροφικά πρότυπα & παρεμβάσεις
9. Θηλασμός – επιπολασμός & παρεμβάσεις για αύξηση συχνότητας & διάρκειας
10. Η επιδημιολογία του Σακχαρώδη Διαβήτη & Βασικές παρεμβάσεις ΔΥ
11. Ο ρόλος της Ευρωπαϊκής αρχής ασφάλειας τροφίμων (European Food Safety Authority, EFSA – EU menu; DRVs)
12. Μικροθρεπτικά στοιχεία: Σίδηρος, Ιώδιο. Ανάγκες & προβληματισμοί
13. Μικροθρεπτικά στοιχεία: Βιταμίνη Α & Βιταμίνη D
14. Work-shop/Πρακτική σε ομάδες

### 4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

<p><b>ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ</b> Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.</p>	<p>Στην τάξη</p>																							
<p><b>ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ</b> Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</p>	<p>Υποστήριξη Μαθησιακής διαδικασίας μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας e-class</p>																							
<p><b>ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b> Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας. Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη &amp; ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.  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</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="694 436 1029 488">Δραστηριότητα</th> <th data-bbox="1034 436 1358 488">Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="694 495 1029 524">Διαλέξεις</td> <td data-bbox="1034 495 1358 524">70</td> </tr> <tr> <td data-bbox="694 530 1029 589">Μελέτη &amp; Ανάλυση Βιβλιογραφίας</td> <td data-bbox="1034 530 1358 589">30</td> </tr> <tr> <td data-bbox="694 595 1029 624">Γραπτή ομαδική εργασία</td> <td data-bbox="1034 595 1358 624">25</td> </tr> <tr> <td data-bbox="694 631 1029 660">Εργαστηριακές ασκήσεις</td> <td data-bbox="1034 631 1358 660">25</td> </tr> <tr> <td data-bbox="694 667 1029 696"></td> <td data-bbox="1034 667 1358 696"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="694 703 1029 732"></td> <td data-bbox="1034 703 1358 732"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="694 739 1029 768"></td> <td data-bbox="1034 739 1358 768"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="694 775 1029 804"></td> <td data-bbox="1034 775 1358 804"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="694 810 1029 840"></td> <td data-bbox="1034 810 1358 840"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="694 846 1029 920"><b>Σύνολο Μαθήματος (25 ώρες φόρτου εργασίας ανά πιστωτική μονάδα)</b></td> <td data-bbox="1034 846 1358 920"><b>150</b></td> </tr> </tbody> </table>		Δραστηριότητα	Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου	Διαλέξεις	70	Μελέτη & Ανάλυση Βιβλιογραφίας	30	Γραπτή ομαδική εργασία	25	Εργαστηριακές ασκήσεις	25											<b>Σύνολο Μαθήματος (25 ώρες φόρτου εργασίας ανά πιστωτική μονάδα)</b>	<b>150</b>
Δραστηριότητα	Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου																							
Διαλέξεις	70																							
Μελέτη & Ανάλυση Βιβλιογραφίας	30																							
Γραπτή ομαδική εργασία	25																							
Εργαστηριακές ασκήσεις	25																							
<b>Σύνολο Μαθήματος (25 ώρες φόρτου εργασίας ανά πιστωτική μονάδα)</b>	<b>150</b>																							
<p><b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</b> Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης  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  Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.</p>	<p>I. Γραπτή τελική εξέταση (60%) που περιλαμβάνει:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής</li> <li>- Ερωτήσεις σύντομης απάντησης</li> <li>- Επίλυση προβλημάτων</li> </ul> <p>II. Ομαδική εργασία παρέμβασης (20%)</p> <p>III. Εργαστηριακές ασκήσεις (20%)</p>																							

## 5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

-Προτεινόμενη Βιβλιογραφία :

-Συναφή επιστημονικά περιοδικά:

1. Spark A, Dinour LM, Obenchain J. Επιστημονική μετάφραση & επιμέλεια: Zampelas A. & Magriplis E. Nutrition in Public Health, Principles, Policies, and Practice. Published by CRC Press, ISBN: 978-14665-8994-0. Εκδόσεις Πασχαλίδης.
2. Ελεύθερη διαδικτυακή πρόσβαση στις παρουσιάσεις (της τάξης) μέσω ηλεκτρονικής πλατφόρμας του πανεπιστημίου
3. Walter Willett, Nutritional Epidemiology, 3rd Edition, Oxford University Press, 2012. Margetts and Nelson, Design Concepts in Nutritional Epidemiology, 2nd Edition, Oxford University Press, 1997