



Διάγραμμα Μαθήματος

Κωδικός Μαθήματος	Τίτλος Μαθήματος	Πιστωτικές Μονάδες ECTS
NUTR-280G	Διατροφική Διαχείριση Συμπεριφοράς	6
Προαπαιτούμενα	Τμήμα	Εξάμηνο
Κανένα	Επιστημών Ζωής και Υγείας	Εαρινό
Κατηγορία Μαθήματος	Γνωστικό Πεδίο	Γλώσσα Διδασκαλίας
Υποχρεωτικό	Διατροφή / Διαιτολογία	Αγγλικά/Ελληνικά
Επίπεδο Σπουδών	Διδάσκων	Έτος Σπουδών
1 ^{ος} Κύκλος	Δρ Ελένη Ανδρέου	2 ^ο Έτος
Τρόπος Διδασκαλίας	Πρακτική Άσκηση	Συναπαιτούμενα
Πρόσωπο με πρόσωπο	N/A	Κανένα

Στόχοι του Μαθήματος:

Οι βασικοί στόχοι του μαθήματος είναι:

- Αναφορά των συμπεριφορικών παραγόντων που επηρεάζουν την υγεία και τη θεραπεία φροντίδας υγείας στα διάφορα στάδια της ζωής. Αυτό θα εξεταστεί σύμφωνα με το πλαίσιο των συναισθηματικών αναγκών των ανθρώπων και πως μπορεί να επηρεάσουν τη διατροφική συμπεριφορά και τις αντιδράσεις για την υγεία που συνδέονται με διαιτητική αλλαγή.
- Το μάθημα χρησιμοποιεί ένα αναπτυξιακό πλαίσιο για να εξετάσει καθορισμό της κανονικής διατροφής και διατροφικές συμπεριφορές και την ανάπτυξη των προβλημάτων σίτισης και διατροφικών διαταραχών.
- Δίνεται έμφαση στις συναισθηματικές πτυχές της οξείας και χρόνιων ασθενειών και την τροποποίηση της συμπεριφοράς όσον αφορά τις διατροφικές συνήθειες εντός της οικογένειας που μπορούν να επηρεάσουν τις παρεμβάσεις.
- Η μορφή του μαθήματος θα είναι 3ώρες/εβδομάδα διαλέξεις.
- Ανάπτυξη της γνώσης και της κατανόησης των κοινωνιολογικών και ψυχολογικών θεωριών για την υγεία και την ασθένεια και την εφαρμογή τους στην διαιτολογία τόσο για την υγεία όσο και τις ασθένειες.
- Απόκτηση της κατανόησης της θεωρίας της επικοινωνίας και τη σημασία της για την υγεία και την ασθένεια

Μαθησιακά Αποτελέσματα:

Μετά την ολοκλήρωση του μαθήματος, οι φοιτητές θα είναι σε θέση να:

1. Να καθορίσουν την ψυχολογία της υγείας και το βιοψυχοκοινωνικό μοντέλο σε σχέση με την διατροφική συμπεριφορά.
2. Να κατανοήσουν τα ψυχολογικά μοντέλα και θεωρίες που χρησιμοποιούνται για να εξηγήσουν τι προκαλεί ή επηρεάζει τις προτιμήσεις τροφίμων και τις προκαταλήψεις του.
3. Να κατανοήσουν τη σημασία της προσωπικότητας, κοινωνικής, και συγκυριακών παραγόντων στην πρόβλεψη δυσπροσαρμοστικών γνώσεων και συμπεριφορών σχετικά με τα τρόφιμα, το φαγητό και το σώμα μας
4. Να κατανοήσουν τους τρόπους συμπεριφοράς και των γνωστικών μεθόδων που μπορούν να βοηθήσουν τα άτομα να αντιμετωπίζουν το άγχος που σχετίζονται με την απροσάρμοστη διατροφική συμπεριφορά και τον έλεγχο τους βάρους.
5. Να κατανοήσουν πώς οι ψυχολογικές μεθόδους, θεωρίες και αρχές μπορούν να εφαρμοστούν για την ενίσχυση της προσέγγισης από διαιτολόγο για την προώθηση της καλύτερης διατροφής
6. Να εξετάσουν κριτικά εμπειρικές μελέτες της ψυχολογίας της υγείας, όπως σχετίζονται με τη διατροφή των τροφίμων και της διαδικασίας της δίαιτας.
7. Να αποκτούν την κατανόηση για τους ανθρώπους με διατροφικές διαταραχές και την δυσκολία τους να αναζητούν επαγγελματική βοήθεια
8. Να συνειδητοποιήσουν τις επιπτώσεις των διαταραχών διατροφής των ασθενών και των οικογενειών τους
9. Να χρησιμοποιούν την κριτική σκέψη για να αναλύσουν τη μη φυσιολογική συμπεριφορά στην κατανάλωση τροφής.

Περιεχόμενο Μαθήματος:

1. Αναπτυξιακά μοντέλα της επιλογής τροφίμων
2. Γνωστικά μοντέλα της επιλογής τροφίμων
3. Ψυχοφυσιολογικά μοντέλα της επιλογής τροφίμων
4. Τρόφιμα, ευχαρίστηση και σεξουαλικότητα
5. Διατροφή στην παιδική ηλικία- σχέση βρέφους και γονέα
6. Ανάπτυξη και παρουσίαση των διατροφικών προβλημάτων σε παιδιά κάτω των 5 ετών.
7. Διατροφικά προβλήματα σε παιδιά προεφηβικής ηλικίας
8. Εφηβικά διατροφικά προβλήματα - η θεραπεία παιδιών και εφήβων
9. Διατροφικές Διαταραχές
10. Δυσαρέσκεια του σώματος. Διατροφικά προβλήματα στην ενήλικη ζωή (παχυσαρκία). Προβλήματα με τη θεωρία συγκράτησης/ συνέπειες της δίαιτας
11. Διατροφικά προβλήματα στην ενήλικη ζωή (προβλήματα διατροφής σε πρώιμο χρόνο)
12. Serious eating disorders; culture, femininity/ Σοβαρές διατροφικές διαταραχές, πολιτισμός, θηλυκότητα
13. Chronic illness (GI track, diabetes, Cardiovascular) and trauma/ Χρόνιες ασθένειες (GI, διαβήτης, τα καρδιαγγειακά) και τραύμα

Μαθησιακές Δραστηριότητες και Διδακτικές Μέθοδοι:

Διαλέξεις, Συζήτηση στην τάξη, Assignments, Ερωτήσεις επανάληψης, Handouts

Μέθοδοι Αξιολόγησης:

Τελική εξέταση, Ενδιάμεση εξέταση, Δοκίμιο/Εκθεση (Α), Oral Presentation –Food and Behavioural Journal, Συμμετοχή

Απαιτούμενα Διδακτικά Εγχειρίδια και Βιβλιογραφία:

Τίτλος	Συγγραφέας	Εκδοτικός Οίκος	Έτος	ISBN
Nutrition, Exercise, and Behavior: An Integrated Approach to Weight Management	Liane M. Summerfield	Cengage Learning	2011	0840069243
Ψυχολογία της Διατροφής	Καλλιόπη Εμμανουηλίδου	Μεταίχμιο	2011	978-960-501-459-9
Nutritional, exercise, and behavior: an integrated approach to weight management	Liane M. Summerfield	Wadsworth Cengage Learning	2011	9780840069245

Προτεινόμενα Διδακτικά Εγχειρίδια και Συμπληρωματική Βιβλιογραφία:

Τίτλος	Συγγραφέας	Εκδοτικός Οίκος	Έτος	ISBN
Health Psychology: A textbook	Jane Ogden	Open University Press 5th Edition	2012	
Understanding the Sociology of Health: An Introduction	Anne-Marie Barry and Chris Yuill	SAGE Publications Ltd Third Edition	2011	
Communication and Education Skills for Dietetics Professionals	Betsey B. Holli, Judith A. Beto	Lippincott Williams and Wilkins 6 th Revised Edition	2013	

«Διατροφή για προαγωγή της υγείας και πρόληψη των χρόνιων ασθενειών»	Αντώνης Γ. Καφάτος,	ΤΥΠΟΚΡΕΤΑ ΑΒΕ	2007	
«Υγεία και διατροφή κατά την περίοδο της εγκυμοσύνης»	Αντώνης Γ. Καφάτος	ΤΥΠΟΚΡΕΤΑ ΑΒΕ	2007	
«Υγιεινή διατροφή για άσκηση και αθλητισμό με ιδιαίτερη έμφαση στο παιδί και στον έφηβο»	Ελένη Ανδρέου Γιωργάκη & Χριστιάνα Φιλίππου Χαριδήμου	LNK Global Print	2008	ISBN: 978-9963-8446-1-6