

Τίτλος Μαθήματος:	Διατροφή και άσκηση στην πρόληψη και αντιμετώπιση νοσημάτων
Κωδικός Μαθήματος:	MND 609
Κατηγορία Μαθήματος: (Υποχρεωτικό/Επιλεγόμενο)	Υποχρεωτικό
Επίπεδο Μαθήματος: (πρώτου, δεύτερου ή τρίτου κύκλου)	Μεταπτυχιακό (2 ^{ος} Κύκλος)
Έτος Σπουδών:	1 ^ο
Τετράμηνο προσφοράς Μαθήματος:	2 ^ο
Αριθμός ECTS:	10
Όνομα Διδάσκοντος:	Θα ανακοινωθεί
Μαθησιακά Αποτελέσματα Μαθήματος:	
<p>Αναμένεται ότι με την ολοκλήρωση του μαθήματος, οι φοιτητές/τριες θα είναι σε θέση να:</p> <ul style="list-style-type: none"> • επεξηγούν τους μηχανισμούς μέσω των οποίων η έλλειψη σωματικής δραστηριότητας και διατροφής εμπλέκεται στην αιτιολογία της εκάστοτε νόσου, • περιγράφουν τις επιδράσεις της άσκησης στην πρόληψη και τη θεραπεία της εκάστοτε νόσου, • αναγνωρίζουν τις επιδράσεις της διατροφής στην πρόληψη και αντιμετώπιση νοσημάτων, • προσδιορίζουν τους μηχανισμούς μέσω των οποίων η άσκηση και η διατροφή επηρεάζουν τα διάφορα φυσιολογικά συστήματα του οργανισμού. 	
Τρόπος Διδασκαλίας:	Διδασκαλία στην τάξη
Προαπαιτούμενο(α) και Συναπαιτούμενο(α) Μάθημα(τα):	Κανένα
Προτεινόμενα/προαιρετικά μέρη του προγράμματος:	Κανένα
<p>Σκοπός: Το μάθημα αποσκοπεί στη αξιολόγηση των επιδράσεων της διατροφής και άσκησης (της σωματικής δραστηριότητας γενικότερα) στην υγεία του ανθρώπου. Στοχεύει στο να προωθήσει την κατανόηση της παθοφυσιολογίας μίας σειράς χρόνιων νοσημάτων και στην ανάδειξη του ρόλου της διατροφής και άσκησης τόσο στην πρόληψη όσο και τη θεραπεία της εκάστοτε νόσου. Έμφαση, επίσης, δίνεται και στους μηχανισμούς μέσω των οποίων η διατροφή και άσκηση επιδρά στις διάφορες εκφάνσεις της νόσου, όπου αυτό είναι δυνατόν.</p>	

Περιεχόμενο Μαθήματος:

Η επίδραση της διατροφής και άσκησης σε ασθένειες. Έρευνες σχετικά με το ρόλο της διατροφής και άσκησης στην αιτιολογία του καρκίνου, καρδιαγγειακών, οστεοπόρωσης, διαβήτη και άλλων νοσημάτων. Υφιστάμενες και προοπτικές έρευνες. Ερμηνεία επιδημιολογικών δεδομένων. Νέες κατευθύνσεις έρευνας στη Διατροφική Επιδημιολογία.

Ενότητες

- Διατροφή, άσκηση και δυσλιπιδαιμία.
- Διατροφή, άσκηση και παχυσαρκία.
- Διατροφή, άσκηση και καρδιαγγειακά νοσήματα.
- Διατροφή, άσκηση και άγχος.
- Διατροφή, άσκηση και οστεοπόρωση.
- Διατροφή, άσκηση και υπέρταση.
- Διατροφή, άσκηση και ενδοθηλιακή δυσλειτουργία.
- Διατροφή, άσκηση και σακχαρώδης διαβήτης.
- Διατροφή, άσκηση στην τρίτη ηλικία.
- Διατροφή, άσκηση και αποκατάσταση ασθενών με χρόνιες παθήσεις.

Απαιτούμενα ή Προτεινόμενα Εγχειρίδια:

1. Dustine, J. & Moore, G. "ACMS's Άσκηση Χρόνιες Παθήσεις & Αναπηρίες". Ιατρικές εκδόσεις Πασχαλίδης, Αθήνα, Ελλάδα, (2005). ISBN: 960-399-329-8,
2. Τοκμακίδης, Σ. Άσκηση και Χρόνιες Παθήσεις. Ιατρικές εκδόσεις Πασχαλίδης, Αθήνα, Ελλάδα, (2003). ISBN: 978-960-399-079-6,
3. Margetts, B.M. & Nelson, M. (1997). Design Concepts in Nutritional Epidemiology (2nd Ed.) Oxford medical publications, ISBN: 9780192627391,
4. Willett, W. (2013). Nutritional Epidemiology Oxford University Press, ISBN: 9780199754038.

ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΑ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΑ ΠΕΡΙΟΔΙΚΑ:

1. Journal of Nutrition
2. Clinical Nutrition
3. European Journal of Clinical Nutrition
4. Applied Physiology Nutrition & Metabolism
5. International J of Sport Nutrition & Exercise Metabolism
6. Nutrition and Dietetics

Διδακτική Μεθοδολογία:

Διδασκαλία
Καθοδήγηση

42 Ώρες

15 Ώρες

Αξιολόγηση:	Εξετάσεις Συμμετοχή στο μάθημα Εργασίες	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="1062 226 1295 268">60%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1062 268 1295 310">10%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1062 310 1295 352">30%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1062 352 1295 394">100%</td> </tr> </table>	60%	10%	30%	100%
60%						
10%						
30%						
100%						
Γλώσσα Διδασκαλίας:	Ελληνική					
Πρακτική Άσκηση:	Όχι					
Χώρος Διδασκαλίας:	Αίθουσα Διδασκαλίας Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου, Λευκωσία					