

## ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

### (1) ΓΕΝΙΚΑ

<b>ΣΧΟΛΗ</b>	ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ		
<b>ΤΜΗΜΑ</b>	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ		
<b>ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ</b>	ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΟ		
<b>ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>	4200	<b>ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ</b>	8
<b>ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>	ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΝΟΣΟΙ		
<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>	
	3	4	
<i>Προσθέστε σειρές αν χρειαστεί. Η οργάνωση διδασκαλίας και οι διδακτικές μέθοδοι που χρησιμοποιούνται περιγράφονται αναλυτικά στο (δ).</i>			
<b>ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b> <i>γενικού υποβάθρου, ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων</i>	Ειδικού υποβάθρου		
<b>ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:</b>			
<b>ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:</b>	ΕΛΛΗΝΙΚΑ		
<b>ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS</b>			
<b>ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)</b>			

### (2) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

<p><b>Μαθησιακά Αποτελέσματα</b></p> <p><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 το Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης</li> <li>• Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 &amp; 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και το Παράρτημα Β</li> <li>• Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων</li> </ul> <p>Σκοπός του μαθήματος είναι η κατανόηση από τους φοιτητές των ρόλων των συστατικών που λαμβάνονται από τη διατροφή και τα διατροφικά φυτά στην προστασία από ποικίλες παθήσεις, όπως είναι ο καρκίνος, οι νευροεκφυλιστικές νόσοι, οι καρδιαγγειακή νόσος και συναφείς παθήσεις, νευροεκφυλιστικά νοσήματα και τροφικές δυσανεξίες. Συζητούνται επιστημονικά δεδομένα από κλινικές μελέτες χημειοπροστασίας, μηχανισμοί δράσης αντιοξειδωτικών και κριτική τους αποτίμηση, επιδημιολογικά στοιχεία που συνδέουν τη διατροφή με την πρόληψη, με έμφαση στα λεγόμενα «φυτοχημικά», ουσίες με πιθανή θεραπευτική δράση. Στόχος είναι η κατανόηση της σημασίας των φυτοχημικών στη διατροφή μέσω κυρίως των διατροφικών φυτών, της έννοιας των κλινικών μελετών, του μηχανισμού δράσης των αντιοξειδωτικών, και του ρόλου τους στην προστασία από ασθένειες.</p>
---

### 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

.....

Άλλες...

.....

-Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών

-Αυτόνομη εργασία

-Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον

### (3) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Ορισμός αντιοξειδωτικών. Χημικά αντιοξειδωτικά. Μηχανισμός λειτουργίας. Ελεύθερες ρίζες και εξουδετέρωση. Οξειδωτικό στρες. Βασικές κατηγορίες αντιοξειδωτικών που λαμβάνονται από τη διατροφή. Ενδογενή αντιοξειδωτικά. Κριτική στα αντιοξειδωτικά. Μιτοόρμηση. Μεταβολισμός ξενοβιοτικών και ένζυμα που συμμετέχουν. Χημειοπροστασία ορισμός. Χημειοπροστασία και καρκίνος. Σχεδιασμός κλινικών μελετών χημειοπροστασίας. Παραδείγματα πετυχημένων και αποτυχημένων κλινικών μελετών χημειοπροστασίας. Νευροεγκεφαλίστικες νόσοι και διατροφή. Πάρκινσον και καφεΐνη, φαινόλες τσαγιού και ισοφλαβόνες σόγιας. Καρδιαγγειακές παθήσεις. Επιμέρους ασθένειες. Αθηρωμάτωση και μηχανισμός σχηματισμού αθηρωματικών πλακών. Ο ρόλος της χοληστερόλης και των λιπιδίων. Φυτοχημικά και ελάττωση της χοληστερόλης. Φυτοστερόλες και φυτοστανόλες. Αντιοξειδωτικά και καρδιαγγειακό. Διατροφικές δυσανεξίες. Κοιλιοκάκη και δυσανεξία στη γλουτένη. Δομή και ρόλος της γλουτένης. Επιδημιολογία. Μηχανισμοί και ο ρόλος της φλεγμονής. Προβιοτικά, πρεβιοτικά και συμπληρώματα που διευκολύνουν την πέψη.

### (4) ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

<b>ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ</b> <i>Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.</i>	Πρόσωπο με πρόσωπο	
<b>ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ</b> <i>Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</i>		
<b>ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b> <i>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.</i>  <i>Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS</i>	<b>Δραστηριότητα</b>	<b>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</b>
	Διαλέξεις	30
	<b>Σύνολο Μαθήματος</b>	<b>30</b>
<b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</b>	Η αξιολόγηση των φοιτητών γίνεται στα Ελληνικά, με	

*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.*

γραφτή εξέταση τον Ιούνιο ή τον Σεπτέμβριο σε ερωτήσεις σύντομης απάντησης ή/και πολλαπλής επιλογής ή/και ανάπτυξης.

**(5) ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

*- Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:*

1. Φυτοχημικές ουσίες της Διατροφής με Αντιοξειδωτικές & Αντικαρκινικές Ιδιότητες, Α. Βαλαβανίδης, Βήτα Ιατρικές εκδόσεις, ISBN: 978-960-452-126-5
2. Phytochemicals in Nutrition and Health, Mark S. Meskin, Wayne R. Bidlack, Audra J. Davies, Stanley T. Omaye, 2002, CRC Press, ISBN: 9781587160837
3. Nutrition in the Prevention and Treatment of Disease (Third Edition), Ann M. Coulston, Carol J. Boushey and Mario Ferruzzi, Elsevier, ISBN: 978-0-12-391884-0

*- Συναφή επιστημονικά περιοδικά:*

1. British journal of Nutrition, Cambridge University Press, ISSN: 0007-1145 (Print), 1475-2662 (Online)
2. Nutrition, Elsevier, ISSN: 0899-9007