

Tytuł przedmiotu:	<i>Trendy w żywieniu człowieka</i>	
Kierunek:	Żywienie Człowieka i Ocena Żywności	
Tryb studiów:	stacjonarne	
Stopień studiów:	magisterskie	
Rok studiów:	1	
Semestr:	zimowy	
Wykłady:		
Dzień tygodnia:	poniedziałek	
Godziny:	8.15-10.00	
Sala:	99	
Numer wykładu	Data	Temat wykładu
1	06.10.2025	Nutrigenomika - rozwój nauki o regulacji genów
2	13.10.2025	Nutrigenomika - mechanizm regulacji genów
3	20.10.2025	Nutrigenomika - rola karotenoidów, flawonoidów w regulacji genów i w ochronie, w tym przeciwnowotworowej
4	27.10.2025	Stres oksydacyjny - historia badań, pojęcie stresu oksydacyjnego, pojęcie i właściwości wolnych rodników, powstawanie wolnych rodników w organizmie
5	03.11.2025	Stres oksydacyjny - obrona endo i egzogenna organizmu przed stresem oksydacyjnym, rola wybranych składników pokarmowych w procesach oksydo-redukcyjnych w organizmie i wpływie na zdrowie (m.in. karotenoidów, flawonoidów)
6	10.11.2025	Stres oksydacyjny - oddziaływanie na organizm w procesach starzenia, biomarkery stresu oksydacyjnego
7	17.11.2025	Karotenoidy – podział, źródła w diecie, biodostępność
8	24.11.2025	Ksantofile, w tym luteina, zeaksantyna i astaksantyna - właściwości prozdrowotne, wpływ na zdrowie
9	01.12.2025	Związki o właściwościach przeciwutleniających (karotenoidy, flawonoidy) a funkcje poznawcze
10	08.12.2025	Rola witamin grupy B w procesach oksydo-redukcyjnych, korzyści aplikacyjne
11	15.12.2025	Zaburzenia genetyczne w wykorzystaniu wybranych witamin

12	05.01.2026	Geneza zróżnicowania żywieniowego na świecie - źródła i skutki
13	12.01.2026	Genetyczne i środowiskowe uwarunkowania współczesnych trendów żywieniowych - część 1
14	19.01.2026	Genetyczne i środowiskowe uwarunkowania współczesnych trendów żywieniowych - część 2
15	26.01.2026	Genetyczne i środowiskowe uwarunkowania współczesnych trendów żywieniowych - część 3