



Ramowy program

**I Szkoły Letniej PTNZ nt.
Metodyki badań sposobu żywienia i stanu odżywienia**

Termin 1-3.07. 2026

Miejsce: Instytut Nauk o Żywieniu Człowieka SGGW w Warszawie

DZIEŃ 1. 01.07.2026 Podstawy metodyczne badań sposobu żywienia

9.00 - 11.00 **Wykład:** *Wprowadzenie do badań sposobu żywienia. Metody oceny sposobu żywienia. Standaryzacja zbierania danych żywieniowych. Walidacja metod* – prof. dr hab. Jadwiga Hamułka, INoŻCz, SGGW w Warszawie

11.00 – 11.15 przerwa kawowa

11.15 – 13.00 **Warsztaty praktyczne:** *Aspekty metodyczne zbierania i zastosowania danych o sposobie żywienia* – dr hab. Joanna Kowalkowska, Katedra Żywienia Człowieka, UWM w Olsztynie

13-14 lunch

14.00 - 15.00 **Wykład:** *Normy żywienia i zalecenia żywieniowe w ocenie sposobu żywienia* – prof. dr hab. Lidia Wądołowska, Katedra Żywienia Człowieka, UWM w Olsztynie

15.15 - 18.00 **Warsztaty praktyczne:** *Ocena sposobu żywienia z wykorzystaniem zaleceń żywieniowych i norm żywienia - aspekty metodyczne* - dr hab. Marta Jeruszka-Bielak, INoŻCz, SGGW w Warszawie

DZIEŃ 2. 02.07.2026 Ocena stanu odżywienia – metody nieinwazyjne

9.00 - 11.00 **Wykład:** *Ocena stanu odżywienia na podstawie danych antropometrycznych. Materiał biologiczny w ocenie stanu odżywienia* - dr hab. Magdalena Górnicka/prof. SGGW, prof. dr hab. Jadwiga Hamułka, INoŻCz, SGGW w Warszawie

11.00 – 11.15 przerwa kawowa

11.15 - 13.00 **Warsztaty praktyczne:** *Zasady prawidłowego wykonywania pomiarów antropometrycznych. Wykonywanie wybranych pomiarów antropometrycznych* - dr hab. Magdalena Górnicka, prof. SGGW, INoŻCz, SGGW w Warszawie

13-14 lunch

14 - 18 **Warsztaty praktyczne** - *Analiza składu ciała (BIA, DXA, pletyzmografia). Interpretacja wyników i ograniczenia metod. Przygotowanie do badania składu ciała* - dr hab. Magdalena Człapka-Matyasik, Wydział Nauk o Żywności i Żywieniu, UP w Poznaniu/dr Kacper Szewczyk, INoŻCz, SGGW w Warszawie

DZIEŃ 3. 03.07.2026 Analiza i interpretacja danych żywieniowych

9.00- 11.00 **Wykład:** *Projektowanie badań żywieniowych. Aspekty etyczne badań żywieniowych*
- dr Dawid Madej/prof. dr hab. Jadwiga Hamułka, INoŻCz, SGGW w Warszawie

11.00– 11.15 przerwa kawowa

11.15-13.00 **Warsztaty praktyczne:** *Projekt badania żywieniowego z wykorzystaniem poznanych metod* - dr Anna Danielewicz, dr Ewa Niedźwiedzka; Katedra Żywienia Człowieka, UWM w Olsztynie

13-14 lunch

14.00-15.00 **Omówienie i dyskusja projektu badań żywieniowych** - dr Anna Danielewicz, dr Ewa Niedźwiedzka; Katedra Żywienia Człowieka, UWM w Olsztynie/dr Dawid Madej, INoŻCz, SGGW w Warszawie

15.00. Podsumowanie Szkoły Letniej i rozdanie certyfikatów