

Lënda	Shkenca e të ushqyerit, ekspozimi ndaj substancave dhe sfidat mjedisore		
Lloji	Lloji	Semestri	ECTS
	E DETYRUESHME (M)	1	5
Profesori/sha	Dr. Sami Makolli Dr. Flutura C. Ajazi		
Qëllimet dhe objektivat	Qëllimi i lëndes është t'u mundësojë studentëve të kuptojnë bazat e shkencës ushqyese, duke përfshirë rëndësinë e ushqyerjes së duhur dhe marrëdhënien e tij me shëndetin e përgjithshëm. Për më tepër, studentët do të fitojnë njohuri rreth ekspozimit ndaj substancave jo të shëndetshme si: përdorimi i duhanit, alkoolit, drogës etj. si dhe sfidat mjedisore si: ndotja e ajrit dhe ujit, mbetjet toksike dhe të rrezikshme, nivelet e larta të rrezatimit, etj., dhe ndikimi i këtyre rreziqeve në shëndetin individual dhe publik.		
Rezultatet e të mësuarit	Pas përfundimit të këtij moduli, studentët duhet të jenë në gjendje të: <ul style="list-style-type: none"> Të ketë njohuri të përgjithshme të shkencës së të ushqyerit. Për të kuptuar rëndësinë e të ushqyerit të shëndetshëm dhe marrëdhënien midis të ushqyerit dhe shëndetit. Jini të vetëdijshëm për ekspozimin ndaj substancave jo të shëndetshme dhe efektin e saj në shëndetin e përgjithshëm. Marrin informacion dhe kuptojnë ndikimin e sfidave mjedisore si ndotja e ajrit dhe ujit, mbetjet toksike dhe të rrezikshme dhe nivelet e larta të rrezatimit në shëndetin publik. Të jetë në gjendje të aplikojë njohuritë e fituara rreth shkencës së të ushqyerit në kontekste të ndryshme që lidhen me shëndetin dhe mirëqenien. Të jetë në gjendje të përgjigjet nëpërmjet ndërhyrjeve dhe iniciativave kundër ekspozimit ndaj substancave jo të shëndetshme dhe sfidave mjedisore në mënyrë që të përmirësojë shëndetin publik. 		
Përmbajtja	Java	Temat	
	Prezantimi i syllabusit		
	1	Hyrje	
	2	Metabolizmi bazal dhe nevojat ditore të energjisë	
	3	Grupet ushqimore: Macronutrients	
	4	Mikronutrientët - vitaminat dhe mineralet	
	5	Kërkesat ditore për ujin dhe rëndësia e tij për shëndetin	
	6	Prodhimi i ushqimit dhe siguria ushqimore	
	Provimi periodik – 1		
	7	Ekspozimi ndaj substancave jo të shëndetshme	
	8	Përdorimi i duhanit, drogës dhe alkoolit	
	9	Ndotja e ajrit dhe atmosferës	
	10	Ndotja e ujit dhe tokës	
11	Rreziku nga mbeturinat toksike		
12	Ndotja nga rrezatimi		
Provimi periodik – 2			
Metodat e mësimdhënies/të mësuarit	Aktiviteti	Pesha (%)	
	Leksione	50%	
	Laborator	20%	
	Kërkime	20%	
	Mësimi i pavarur	10%	

Metodat e vlerësimit	Metodat e vlerësimit:		%
	Pjesëmarrje		10%
	Prezantim i projektit		20%
	Laborator		10%
	Provimi përfundimtar		60%
ECTS Ngarkesa e punës	Aktiviteti	Orë javore	Ngarkesa e punës
	Leksione	2x12	24h
	Prezantimet	1x12	12h
	Laborator	1x12	12h
	Mësimi i pavarur	6x12	63h
	Kontaktet me profesorin	6x12	12h
	Përgatitjet e kurseve laboratorike	2x6	12h
Literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Janice L. Thompson, Melinda M. Manore & Linda A. Vaughan. Second edition (2011). <i>The Science of Nutrition</i>. 2. Marriott, B. P., Birt, D. F., Stallings, V. A., & Yates, A. A. (Eds.). (2020). <i>Present Knowledge in Nutrition: Clinical and Applied Topics in Nutrition</i>. Academic Press. 3. Sullivan, J. B., & Krieger, G. R. (Eds.). (2001). <i>Clinical environmental health and toxic exposures</i>. Lippincott Williams & Wilkins. 		
Standardet etike	Ky kurs ndjek Kodin e Etikës të Kolegjit UBT, duke kërkuar që të gjithë studentët të sillen në përputhje me këtë. Çdo rast i sjelljes së gabuar akademike, duke përfshirë por pa u kufizuar në mashtrim, plagjiaturë, apo forma të tjera të pandershmerisë, do të çojë në ndëshkime të rëndësishme si dështimi i vlerësimit specifik apo i gjithë kursit, si dhe masa të mëtejshme disiplinore në përputhje me politikat e integritetit akademik të Kolegjit UBT.		
Kontakti	flutura.ajazi@ubt-uni.net , sami.makolli@ubt-uni.net		