

FIȘA DISCIPLINEI
ANUL UNIVERSITAR
2024-2025

1. DATE DESPRE PROGRAM

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA DE MEDICINA SI FARMACIE DIN CRAIOVA
1.2 Facultatea	ASISTENȚĂ MEDICALĂ
1.3 Departamentul	II
1.4 Domeniul de studii	SĂNĂTATE
1.5 Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6 Programul de studii/Calificarea	NUTRIȚIE ȘI DIETETICĂ

2. DATE DESPRE DISCIPLINĂ

2.1 Denumirea disciplinei	NUTRIȚIA OMULUI SĂNĂTOS				
2.2. Codul disciplinei	ND1218				
2.3 Titularul activităților de curs	PROF. UNIV. Dr. Călina Cornelia-Daniela				
2.4 Titularul activităților de seminar	Rednic Ioana				
2.5. Gradul didactic	Profesor Universitar/DRD				
2.6. Încadrarea (norma de bază/asociat)	Norma de bază				
2.7. Anul de studiu	I	2.8. Semestrul	II	2.9. Tipul disciplinei (conținut) 2.10. Regimul disciplinei (obligativitate)	DS DO

3. TIMPUL TOTAL ESTIMAT (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp ore					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					12
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					12
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					5
Tutoriat					4
Examinări					
Alte activități, consultații, cercuri studentesti					
3.7 Total ore studiu individual	33				
3.9 Total ore pe semestru	75				
3.10 Numărul de credite	3				

4. PRECONDIȚII (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	-
4.2 de competențe	-

5. CONDIȚII (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sala curs UMF Craiova /mediu online Clinica de BNM, Spitalul Clinic Județean de Urgență, Craiova
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	Salon/sala de activitati practice / mediu online Clinica de Nutritie si boli metabolice, Spitalul Clinic Județean de Urgență, Craiova Sala UMF Craiova

6. COMPETENȚELE SPECIFICE ACUMULATE

COMPETENȚE PROFESIONALE	C1 - Dezvoltarea capacitatii de a elabora și aplica planul de optimizare a stilului de viata C2 - Constientizarea rolului stilului de viață sănătos în prevenirea apariției bolilor și în menținerea sănătății C3 - Evaluarea corectă a riscului de îmbolnăvire sau a contextului apariției unei îmbolnăviri individuale / colective C4 - Dezvoltarea capacitatii de a instrui populația să adopte un stil de viață sănătos C5 - Furnizarea de servicii de educatie nutritionala, de natură preventivă si curativă C6 - Să contribuie la protejarea și ameliorarea sănătății populației C7 - Să elaboreze programe de educație medicala terapeutica C8 - Abordarea problemelor de sănătate/boală din perspectiva particularităților comunității C9- Inițierea și derularea unei activități de cercetare științifică sau/și formativă în domeniul său de competență
--------------------------------	--

COMPETENȚE TRANSVERSALE	CT1. Autonomie și responsabilitate - dobândirea de repere morale, formarea unor atitudini profesionale și civice, care să permită studenților să fie corecți, onești, neconflictuali, cooperanți, înțelegători în fața suferinței, disponibili să ajute oamenii, interesați de dezvoltarea comunității; - să cunoască, să respecte și să contribuie la dezvoltarea valorilor morale și a eticii profesionale; - să învețe să recunoască o problemă atunci când se ivește și să ofere soluții responsabile pentru rezolvarea ei.
	CT2. Interacțiune socială; - să recunoască și să aibă respect pentru diversitate și multiculturalitate; - să aibă sau să învețe să-și dezvolte abilitățile de lucru în echipă; - să comunice oral și în scris cerințele, modalitatea de lucru, rezultatele obținute, să se consulte cu echipa; - să se implice în acțiuni de voluntariat, să cunoască problemele esențiale ale comunității.
	CT3. Dezvoltare personală și profesională - să aibă deschiderea către învățarea pe tot parcursul vieții, - să conștientizeze necesitatea studiului individual ca bază a autonomiei personale și a dezvoltării profesionale; - să valorifice optim și creativ propriul potențial în activitățile colective; - să știe să utilizeze tehnologia informației și comunicării.

7. OBIECTIVELE DISCIPLINEI (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Însușirea noțiunilor fundamentale referitoare la dietoterapie și rolul acesteia. Înțelegerea aprofundată a nutriției și capacitatea de a comunica aceste principii pentru public în vederea obținerii și menținerii sănătății populației, subliniind evoluția nevoilor nutriționale pe tot parcursul vieții Utilizarea cunoștințelor pentru estimarea nevoilor nutriționale și conceperea unor recomandări nutriționale individualizate
7.2 Obiectivele specifice	Creșterea gradului de conștientizare a legăturii dintre starea de nutriție și starea de sănătate Furnizarea informațiilor fundamentale referitoare la evaluarea stării de nutriție Elaborarea de recomandări nutriționale pentru indivizi sănătoși și pentru colectivități

8. CONȚINUTURI

8.1 Curs (unități de conținut)	Nr. ore
Metabolismul energetic. Macronutrientele. Micronutrientele	2
Grupe alimentare	2
Componentele stilului de viață sănătos.	2
Principiile generale ale intervenției nutriționale personalizate la omul sănătos	2
Evaluarea nutrițională. Estimarea aporturilor nutriționale și a consumului energetic	2
Principii de nutriție și alimentație sănătoasă la grupe speciale (copii/adolescenți, vârstnici)	2
Principii de nutriție și alimentație sănătoasă la femeia însărcinată	2
BIBLIOGRAFIE	
1. Dincă M, Popa SG, Vladu MI. Diabet zaharat, boli de nutriție și metabolism. Editura Medicală Universitară, 2021. ISBN 978-973-106-337-9 2. Institutul Național de Sănătate Publică; Asociația Română de Psihologia Sănătății din România; UMF Tîrgu-Mureș, Facultatea de Medicină. Ghidul de intervenție pentru alimentație sănătoasă și activitate fizică în grădinițe și școli. 2016. https://www.edu.ro/sites/default/files/fi%C8%99iere/Invatamant-Preuniversitar/2016/prescolar/ghiduri/Ghid%20pentru%20alimenta%C8%9Bie%20s%C4%83n%C4%83toas%C4%83%20%C8%99i%20activitate%20fizic%C4%83%20%C3%AEEn%20gr%C4%83dini%C8%9Be%20%C8%99i%20%C8%99coli.pdf 3. Dietary Guidelines for Americans 2020-2025. 2020. https://www.dietaryguidelines.gov/sites/default/files/2020-12/Dietary_Guidelines_for_Americans_2020-2025.pdf 4. Dietary Guidelines Advisory Committee. 2020. Scientific Report of the 2020 Dietary Guidelines Advisory Committee: Advisory Report to the Secretary of Agriculture and the Secretary of Health and Human Services. U.S. Department of Agriculture, Agricultural Research Service, Washington, DC. 2020 https://www.dietaryguidelines.gov/sites/default/files/2020-07/ScientificReport_of_the_2020DietaryGuidelinesAdvisoryCommittee_first-print.pdf 5. Croitoru C et al. GHID DE BUNE PRACTICI: Alimentație rațională, siguranța alimentelor și schimbarea comportamentului alimentar. 2019. http://repository.usmf.md/bitstream/20.500.12710/6742/2/ghid_nutritie_franceza_CIP_electronic.pdf 6. Elia M, Lanham-New S, Kok K. Nutrition. Kumar & Clark's Clinical Medicine [10th Edition]. 2020 7. Graur M. & Societatea de Nutriție din România. Ghid pentru Alimentația Sănătoasă, Ed. Performantica, 2006 8. Moța M et al. Alimentație omului sănătos și bolnav. Editura Academiei Române – București 2005	
8.2 Lucrări practice (subiecte/teme)	
Stilul de viață sănătos	2

Evaluarea statusului nutrițional	2
Elaborarea unui chestionar de evaluare a stilului de viață	2
Evaluarea consumului energetic	2
Evaluarea aporturilor nutriționale	2
Efectuarea unei anchete alimentare - jurnalul alimentar	2
Efectuarea unei anchete alimentare - chestionarul de frecvență alimentară	2
Interpretarea etichetelor produselor alimentare	2
Dieta mediteraneană	2
Elaborarea planului nutrițional la adultul sănătos	2
Elaborarea planului nutrițional la copii, adolescenți	2
Elaborarea planului nutrițional la femei însărcinate	2
Elaborarea planului nutrițional la vârstnici	2
Echilibrul alimentar. Ghiduri nutriționale, obiective	2
BIBLIOGRAFIE	
1. Dincă M, Popa SG, Vladu MI. Diabet zaharat, boli de nutriție și metabolism. Editura Medicală Universitară, 2021. ISBN 978-973-106-337-9	
2. Institutul Național de Sănătate Publică; Asociația Română de Psihologia Sănătății din România; UMF Tîrgu-Mureș, Facultatea de Medicină. Ghidul de intervenție pentru alimentație sănătoasă și activitate fizică în grădinițe și școli. 2016. https://www.edu.ro/sites/default/files/ fi%C8%99iere/Invatamant-Preuniversitar/2016/prescolar/ghiduri/Ghid%20pentru%20alimenta%C8%9Bie%20s%C4%83n%C4%83toas%C4%83%20%C8%99i%20activitate%20fizic%C4%83%20%C3%AEEn%20gr%C4%83dini%C8%9Be%20%C8%99i%20%C8%99coli.pdf	
3. Dietary Guidelines for Americans 2020-2025. 2020. https://www.dietaryguidelines.gov/sites/default/files/2020-12/Dietary_Guidelines_for_Americans_2020-2025.pdf	
4. Dietary Guidelines Advisory Committee. 2020. Scientific Report of the 2020 Dietary Guidelines Advisory Committee: Advisory Report to the Secretary of Agriculture and the Secretary of Health and Human Services. U.S. Department of Agriculture, Agricultural Research Service, Washington, DC. 2020. https://www.dietaryguidelines.gov/sites/default/files/2020-07/ScientificReport_of_the_2020DietaryGuidelinesAdvisoryCommittee_first-print.pdf	
5. Croitoru C et al. GHID DE BUNE PRACTICI: Alimentație rațională, siguranța alimentelor și schimbarea comportamentului alimentar. 2019. http://repository.usmf.md/bitstream/20.500.12710/6742/2/ghid_nutritie_franceza_CIP_electronic.pdf	
6. Graur M. & Societatea de Nutriție din România. Ghid pentru Alimentația Sănătoasă, Ed. Performantica, 2006	
7. Moța M et al. Alimentație omului sănătos și bolnav. Editura Academiei Române – București 2005	

9. COROBORAREA CONȚINUTURILOR DISCIPLINEI CU AȘTEPTĂRILE REPREZENTANȚILOR COMUNITĂȚII EPISTEMICE, ASOCIAȚIILOR PROFESIONALE ȘI ANGAJATORI REPREZENTATIVI DIN DOMENIUL AFERENT PROGRAMULUI

▪ Cunoștințele absolventului se diversifică și se modifică funcție de pacient, și mai ales funcție de vârsta acestuia, starea lui de sănătate și condițiile de trai din comunitatea sa ▪ Absolventul va putea crea parteneriate, proiecte comunitare și intervenții comunitare în domeniul nutriției cu reprezentanți ai comunității și diere asociații profesionale, plecând de la informațiile de bază privind legislația în domeniu, politicile nutriționale naționale și europene. ▪ Cunoștințele, deprinderile practice și atitudinile învățate la această disciplină ofera baza de studiu pentru procesele patologice care vor fi detaliate la alte discipline și constituie fundamentul pentru înțelegerea și învățarea oricărui act medical preventiv, de diagnostic, curativ sau recuperator.
--

10. REPERE METODOLOGICE

Forme de activitate	Tehnici de predare / învățare, materiale, resurse: Expunere și curs interactiv Notă: In cazul aparitiei unor situatii speciale (stari de alerta, stari de urgenta, alte tipuri de situatii care limiteaza prezenta fizica a persoanelor) activitatea se poate desfasura si online folosind platforme informatice agreate de catre facultate/universitate. Procesul de educatie online va fi adaptat corespunzator pentru a asiguraindeplinirea tuturor obiectivelor prevazute in fisa disciplinei
Curs	Se folosesc urmatoarele metode combinate: Expunere și curs interactiv/Prezentare PP
Lucrari practice	Se folosesc urmatoarele metode combinate: Expunere și curs interactiv/Prezentare PP
Studiu individual	

11. PROGRAM DE RECUPERARE

Recuperări absențe	Nr. absențe care se pot recupera	Locul desfășurării	Perioada	Responsabil	Programarea temelor
	4	-Facultatea de Farmacie	Ultima saptamana a semestrului	Asistentul de grupa	Conform programării

Program de consultații/ cerc științific studentesc	2h/săpt.	- Facultatea de Farmacie	Saptamanal	Toate cadrele didactice	Tema din saptamana respectiva
Program pentru studenții slab pregătiți	2h/săpt.	- Facultatea de Farmacie	Saptămânal	Toate cadrele didactice	Conform situației fiecărui student Tema din saptamana respectiva
12. EVALUARE					
Tip de activitate	Forme de evaluare		Metode de evaluare		Pondere din nota finală
Curs	Evaluare formativă prin eseuri, proiecte și sondaj în timpul semestrului Sumativă în timpul examenului		Examen tip grilă		60%
Lucrări practice	Evaluare formativă prin lucrări de control tip grilă sau/și descriptive, proiecte, sondaj în timpul semestrului. Evaluare periodică în timpul semestrului, Sumativă în timpul examenului.		Examen tip grilă		20%
Verificările periodice					10%
Evaluarea activității individuale					10%
Standard minim de performanță	Minimum 50% la fiecare componentă a evaluării				
13. PROGRAME DE ORIENTARE SI CONSILIERE PROFESIONALĂ					
Programe de orientare și consiliere profesională (2 ore/lună)					
Programare ore			Locul desfășurării		Responsabil
Ultima zi de vineri a fiecărei luni			Facultatea de Farmacie		Titularii de curs

Data avizării în departament: septembrie 2024

Director departament,
Conf. univ. dr. Cornelia Bejenaru

Coordonator program de studii,
Prof. univ. dr. Albuлесcu Dana

Responsabil disciplină,
Prof. univ. dr. Călina Cornelia-
Daniela