

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	<b>UNIVERSITATEA DE MEDICINA SI FARMACIE "VICTOR BABEȘ" TIMIȘOARA</b>
1.2 Facultatea	<b>FACULTATEA DE MEDICINĂ</b>
1.3 Departamentul	
1.4 Domeniul de studii de	Master
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii/ Calificarea	<b>Management Educational Sanitar/ Instructor Educatie Sanitara</b>

### 2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	<b>Programe de prevenire comunitara prin nutritie</b>							
2.2 Titularul activităților de curs	Sef lucrari. Univ. Dr. Albai Oana							
2.3 Titularul activităților de laborator	Nu e cazul							
2.4 Anul de studiu	<b>I</b>	2.5 Semestrul	<b>2</b>	2.6 Tipul de evaluare	<b>Colocviu</b>	2.7 Regimul disciplinei	Conținut Obligativitate	<b>DAP DO</b>

### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	<b>1</b>	3.2 din care: curs	<b>1</b>	3.3 laborator	<b>0</b>
3.4 Total ore din planul de învățământ	<b>14</b>	3.5 din care: curs	<b>14</b>	3.6 laborator	<b>0</b>
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					60
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					24
Pregătire seminarii/ <b>laboratoare</b> / proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					
Tutoriat					
Examinări (1 examen practic, 1 examen final)					1
Alte activități					
<b>3.7 Total ore studiu individual</b>	<b>85</b>				
<b>3.8 Total ore pe semestru</b>	<b>100</b> (4 credite x 25 ore/credit)				
<b>3.9 Numărul de credite</b>	<b>4</b>				

### 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	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Telefoanele mobile vor fi închise în timpul cursurilor, nefiind tolerate convorbirile telefonice în timpul cursului, nici părăsirea de către studenți a sălii de curs în vederea preluării apelurilor telefonice personale;</li> <li>• Nu va fi tolerată întârzierea studenților la curs întrucât aceasta se dovedește disruptivă la adresa procesului educațional;</li> <li>• Prezența la curs este obligatorie, fiind acceptat un maximum de absențe de 30% din totalul cursurilor.</li> </ul>
-------------------------------	---

5.2 de desfășurare a seminarului/ laboratorului/ proiectului	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Telefoanele mobile vor fi închise pe durata stagiilor clinice, nefiind tolerate convorbirile telefonice în timpul acestora și nici părăsirea de către studenți a saloanelor sau a sălii de demonstrații în vederea preluării apelurilor telefonice personale;</li> <li>• Nu va fi tolerată întârzierea studenților la stagii întrucât aceasta se dovedește disruptivă la adresa procesului educațional;</li> <li>• Prezența la stagiile clinice este obligatorie, fiind acceptat un maximum de absențe de 15% din totalul stagiilor;</li> <li>• Este admisă recuperarea absențelor în limita a 15% din numărul total al stagiilor în regim cu plată în datele stabilite la începutul modulului (excepție cazurile medicale care vor solicita individual aprobarea Decanatului);</li> <li>• Examenul practic se va susține în ultima săptămână a semestrului, din tematica stagiilor afișată în prealabil.</li> </ul>
--	---

## 6. Competențe specifice acumulate

<b>Competențe specifice</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dobândirea capacității de a evalua necesarul energetic pentru o persoană sănătoasă</li> <li>2. Dobândirea capacității de a întocmi un regim alimentar corect pentru o persoană sănătoasă</li> <li>3. Dobândirea capacității de a întocmi un regim alimentar corect pentru o persoană cu anumite afecțiuni.</li> </ol>
<b>Competențe transversale</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Preocuparea pentru perfecționarea profesională prin antrenarea abilităților de gândire critică demonstrată prin participare activă la curs și laborator/seminar/proiect;</li> <li>2. Implicarea în activități de cercetare științifică prin participare la elaborarea de referate, studii, articole de specialitate;</li> <li>3. Utilizarea eficientă a surselor informaționale și a resurselor de comunicare și formare profesională asistată (portaluri Internet, aplicații software de specialitate, baze de date, cursuri on-line etc.) atât în limba română, cât și într-o limbă de circulație internațională.</li> </ol>

## 7. Obiectivele disciplinei (reieșind din competențele specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	1. Însușirea noțiunilor fundamentale referitoare la întocmirea unui regim alimentar corect
7.2 Obiectivele specifice	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Însușirea unor cunoștințe de bază privind necesarul nutrițional (energetic, macro- și micronutrienți) al unui adult sănătos, precum și noțiunile necesare pentru a putea alcătui o dietă sănătoasă.</li> <li>2. Însușirea unor cunoștințe de bază privind necesarul nutrițional al unui subiect aparținând unei categorii speciale (copil, vârstnic, gravidă, lehoză) sau al unui pacient cu boli metabolice, cardiovasculare, digestive sau renale, pentru a putea alcătui o dietă corespunzătoare.</li> <li>3. Cunoașterea noțiunilor de bază în dietetică și nutriție</li> <li>4. Identificarea funcțiilor și surselor majore ale fiecărui nutrient (glucide, lipide, proteine, vitamine, minerale)</li> <li>5. Explicarea rolului dietei în menținerea sănătății și prevenirea bolilor cronice</li> <li>6. Identificarea nutrienților problemă din diverse perioade critice ale ciclului vieții</li> <li>7. Principii de elaborare a unui meniu specific pe pacient și patologia implicată.</li> <li>8. Noțiunile teoretice vor fi însoțite de noțiuni practice, care să permită cursanților să alcătuiască singuri aceste diete.</li> <li>9. Pregătirea de asistenți medicali competitivi pe piața muncii, cu abilități profesionale deosebite.</li> <li>10. Dobândirea unei ținute adecvate și a unui limbaj medical corect.</li> </ol>

	11. Dobândirea abilităților de a lucra eficient într-o echipă, astfel încât actul medical oferit pacienților să fie calitativ superior. 12. Însușirea tehnicii și metodologiei efectuării unei anamneze 13. Promovarea unui stil de viață sănătos
--	---

## 8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Număr de ore	Observații
1. Introducere. Definiția și importanța nutriției în menținerea stării de sănătate. Principiile unei alimentații sănătoase	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prelegere orală susținută cu ajutorul prezentărilor Powerpoint structurate, interactive, însoțite de o iconografie bogată și sugestivă, disponibile pe platforma de e-learning Moodle a universității.</li> <li>Materialul predat este revizuit și completat cu informația de ultimă oră relevantă pentru specializarea.</li> <li>Fiecare curs prezintă la început obiectivele educaționale și se încheie cu sumarizarea noțiunilor prezentate.</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bibliografia facultativă este disponibilă spre consultare la Sediul disciplinei, precum și la sala de lectură a UMFVBT.</li> </ul>
2. Principiile nutritive. Glucidele, Proteinele, Lipidele. Fibrele alimentare, colesterolul, purinele, acizii grași omega 3, acizii grași trans.		1	
3. Vitaminele și mineralele. Exces, Deficit.		1	
4. Recomandări nutriționale în ciclul de viață: copii, adolescenți, adulți, vârstnici, sportivi.		1	
5. Alimentația la femeile însărcinate și în perioada de alăptare.		1	
6. Dieta în bolile cardiovasculare.		1	
7. Recomandările nutriționale în afecțiunile gastro-intestinale, pancreatice.		1	
8. Dieta în afecțiunile hepatice: steatohepatita, hepatite, ciroza, cancer hepatic		1	
9. Alimentația în bolile renale		1	
10. Regimul alimentar în bolile reumatismale. Hiperuricemia.		1	
11. Alimentația în bolile metabolice (diabet zaharat).		1	
12. Alimentația în bolile metabolice (obezitate, dislipidemii).		1	
13. Recomandările nutriționale în neoplazii.		1	
14. Alimentația parenterală la pacientul critic.		1	

### Bibliografie obligatorie:

1. Sima, A. Vlad, R. Timar, M. Roșu, B. Timar. Nutriția umană fiziologică. Macronutrienții. UMFT 2013.
2. Sima A, Vlad A, Roșu M, Timar R, Timar B. Noțiuni de nutriție umană fiziologică. Micronutrienții. Universitatea de Medicină și Farmacie „Victor Babeș”, Timișoara, 2014.
3. Timar R, Vlad A, Sima A. Diabet, nutriție și boli metabolice. Curs pentru studenții Facultății de Medicină. Universitatea de Medicină și Farmacie „Victor Babeș”, Timișoara, 2013.
4. Gheorghe Mencinicopschi. Cerealele glutenice și boala celiaca. Ed. Medicala, București, 2020.
5. Theodore A. Baroody. Formula sănătății perfecte. Dieta alcalină. Ed. Vidia, București, 2010
6. Louise Gauthier. Alimentele sunt medicul nostru, Ed. Gemma Print. București 2016
7. Brian A. Schaefer. Legătura dintre hrană și cancer. Charlestone USA, 2016

### Bibliografie facultativă:

1. Geissler C, Powers H. Human Nutrition, 12th Edition. Churchill Livingstone Elsevier, 2011.
2. Gibney MJ, Lanham-New AS, Cassidy A, Vorster HH. Introduction to Human Nutrition. 2nd edition. Wiley Blackwell, 2009.
3. Institute of Medicine. Dietary Reference Intakes. The Essential Guide to Nutrient Requirements. National Academies Press, Washington DC, 2006.
4. Gabriela Negrisanu. Tratat de nutritie. Brumar, 2005.
5. Docteur Jean Seignalet. L'alimentation on la troisieme medecine. Francois-Xavier de Guibert, 2011 Dr.
6. Dr. Floarea Damaschin. Sfaturi pentru alimentatie si alimente sanatoase. Editia a V-a, Ed. Sfintii Martiri Brancoveni. Constanta 2017.

8.2 Seminar/ Laborator /stagiu/ proiect	Metode de predare- învățare	Număr de ore	Observații NU E CAZUL
--	--------------------------------	-----------------	--------------------------

## 9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunităților epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Studentul este familiarizat cu noțiunile de evaluare a parametrilor legați de aportul alimentar: greutate ideală, necesar energetic de repaus, necesar energetic pentru activitatea fizică, necesar de proteine, de lipide, de glucide, de fibre, de colesterol, de apă, de vitamine, de minerale. Studenții învață să calculeze repartitia necesarului energetic pe mese și să întocmească un regim alimentar la un adult sănătos, pentru persoanele din diferitele grupe speciale, precum și pentru pacienții cu diverse patologii. Informațiile și abilitățile dobândite îi vor permite să facă față cerințelor actuale ale pieții muncii în domeniul sanitar, întrunind standardele educaționale și profesionale europene.

În vederea schițării și uniformizării conținutului, precum și a alegerii metodelor de predare/învățare, titularii disciplinei au organizat și participat la workshop-urile cu temă didactică din cadrul Congreselor Societății Române de Nutriție. Întâlnirile au vizat identificarea nevoilor și așteptărilor angajatorilor din domeniu și coordonarea cu alte programe similare din cadrul altor universități de medicină.

## 10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
<b>10.4 Curs</b>	<p><i>Cunoștințe pentru nota 5:</i> Definirea conceptelor de baza</p> <p><i>Cunoștințe pentru nota 10:</i> Utilizarea unui limbaj de specialitate specific domeniului studiat; noțiuni aprofundate referitoare la întocmirea unui regim alimentar</p>	Examinarea se realizează prin intermediul subiectelor redacționale	100%
<b>10.5 Laborator/Stagiu</b>	<i>Nu e cazul</i>	<i>Nu e cazul</i>	<i>Nu e cazul</i>
<b>10.6 Standard minim de performanță</b>			
Să îndeplinească criteriile privind numărul minim de prezențe la curs.			

Data completării 09.11.2022	Semnătura titularului de curs Sef lucrari dr. Albai Oana	Semnătura titularului de laborator/stagiu <i>Nu e cazul</i>
--------------------------------	---	--

Semnătura coordonatorului de program masteral Prof.univ.dr. Popovici Ramona Amina		
Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament Prof. univ. dr. Daniela Elisabeta Jumanca	