

FIȘA DISCIPLINEI

Plante utilizate în medicina tradițională

Anul universitar 2025-2026

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai din Cluj-Napoca
1.2. Facultatea	Facultatea de Științe Medicale și ale Sănătății
1.3. Departamentul	Departamentul de Științe Medicale și ale Sănătății
1.4. Domeniul de studii	Sănătate
1.5. Ciclu de studii	Licență
1.6. Programul de studii / Calificarea	Podiatrie/Licențiat în Podiatrie
1.7. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Plante utilizate în medicina tradițională				Codul disciplinei	BLRxxx
2.2. Titularul activităților de curs			Gavrilaș Oana				
2.3. Titularul activităților de seminar			-				
2.4. Anul de studiu	4	2.5. Semestrul	7	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	Opțional

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2. curs	2	3.3. seminar/ laborator/ proiect	0
3.4. Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5. curs	28	3.6 seminar/laborator	0
3.5. Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)					8
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					8
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					6
Tutoriat (consiliere profesională)					2
Examinări					4
Alte activități					-
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)				28	
3.8. Total ore pe semestru				56	
3.9. Numărul de credite				2	

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	Suport logistic video
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	-

6.1. Competențele specifice acumulate¹

Competențe profesionale/esențiale	• Cunoașterea caracteristicilor morfologice ale celor mai comune plante terapeutice cultivate și spontane din România și ale particularităților recoltării și conservării acestora în vederea utilizării practice; • Cunoașterea și înțelegerea efectelor terapeutice (antimicrobiene, sedative, hepatoprotectoare, analgezice, antireumatice, antivirale etc.) ale unor specii comune de plante cultivate și spontane din România.
Competențe transversale	• Dezvoltarea capacității de a utiliza noțiunile despre plante terapeutice la alte discipline biologice și în alte domenii; • Utilizarea unor noțiuni de biochimie, genetică, biologie moleculară și celulară, microbiologie, fiziologie vegetală, anatomia omului, fiziologie animală etc. în prezentarea unor caractere ale plantelor medicinale (alcaloizi, polifenoli, steroli, peptide, proteine, enzime, gene, toxine, metabolism etc.).

6.2. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Studentul cunoaște: - cele mai comune și utilizate specii de plante medicinale din România; - diferențele dintre medicina tradițională, complementară și integrativă; - efectele terapeutice ale principalelor specii de plante medicinale; - regulile de utilizare a remediilor din plante.
Aptitudini	Studentul este capabil să: - identifice specii de plante medicinale spontane sau cultivate în România; - asocieze efectul terapeutic al plantelor medicinale cu afecțiunea, prin identificarea tipului de preparat fitoterapeutic necesar tratării unei anumite afecțiuni; - înțeleagă modul de dozare și administrare a preparatelor fitoterapeutice.
Responsabilități și autonomie	Studentul are capacitatea de a lucra independent pentru: - laboratoare de fitoterapie; - companii farmaceutice; - fitofarmacii; - cabinete nutriție; - magazine naturiste.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	• Prezentarea utilizărilor terapeutice ale unor plante comune, cultivate și spontane din România.
7.2 Obiectivele specifice	• Cunoașterea unor caractere de identificare în natură a plantelor medicinale, a răspândirii acestora. • Însușirea unor cunoștințe despre compoziția chimică a plantelor terapeutice, recoltarea și pregătirea produsului în vederea prelucrării, utilizări terapeutice ale produselor obținute, contraindicații. • Însușirea unor cunoștințe despre metodele de obținere a unor extracte din plante și modul de utilizare a acestora.

¹ Se poate opta pentru competențe sau pentru rezultatele învățării, respectiv pentru ambele. În cazul în care se alege o singură variantă, se va șterge tabelul aferent celeilalte opțiuni, iar opțiunea păstrată va fi numerotată cu 6.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Principalele grupe de plante cu potențial terapeutic (reprezentanți, distribuție geografică, conținutul de compuși bioactivi).	Conversație euristică, prelegere, problematizare, descriere	
2. Factori care influențează producția și calitatea plantelor medicinale. Părțile plantelor ca sursă de compuși bioactivi.	Conversație euristică, prelegere, problematizare, descriere	
3. Tipuri de preparate fitoterapeutice. Metode de obținere și de caracterizare a extractelor vegetale. Producerea, controlul și standardizarea extractelor vegetale. Posibilități de contaminare a extractelor vegetale. Toxicitatea constituenților. Tipuri de extracte.	Conversație euristică, prelegere, problematizare, descriere	
4. Plante medicinale folosite în medicina tradițională, medicina complementară și cea integrativă. Plante medicinale folosite în diferite sisteme de sănătate. Caracterizarea utilizării plantelor medicinale/extractelor vegetale în sistemele medicale tradiționale. Corelații între tradiție și știință.	Conversație euristică, prelegere, problematizare, descriere	
5. Plantele medicinale în medicina vestică – date istorice și moderne. Afecțiuni și prescripții. Eficiență și siguranță. Plantele în medicina tradițională asiatică – chineză și indiană. Tradiții și concepte. Plantele medicinale în medicina tradițională amerindiană, africană și australiană.	Conversație euristică, prelegere, problematizare, descriere	
6. Aspecte privind folosirea plantelor medicinale în România.	Conversație euristică, prelegere, problematizare, descriere	
7. Caractere botanice, efecte terapeutice și produse fitoterapeutice pentru: brad (<i>Abies alba</i>), coada șoricelului (<i>Achillea millefolium</i>), ruscuță de primăvară (<i>Adonis vernalis</i>), turiță mare (<i>Agrimonia eupatoria</i>), crețișoară (<i>Alchemilla vulgaris</i>), ceapă, usturoi (<i>Allium</i> spp.), aloe (<i>Aloe vera</i>).	Conversație euristică, prelegere, problematizare, descriere	
8. Caractere botanice, efecte terapeutice și produse fitoterapeutice pentru: mărar (<i>Anethum graveolens</i>), angelica (<i>Angelica archangelica</i>), arnică (<i>Arnica montana</i>), pelin (<i>Artemisia absinthium</i>), dracilă (<i>Berberis vulgaris</i>), gălbenele (<i>Calendula officinalis</i>), ardei (<i>Capsicum annum</i>), chimen (<i>Carum carvi</i>).	Conversație euristică, prelegere, problematizare, descriere	
9. Caractere botanice, efecte terapeutice și produse fitoterapeutice pentru: rostopască (<i>Chelidonium majus</i>), cicoare (<i>Cichorium intybus</i>), păducel (<i>Crataegus monogyna</i>), degetar (<i>Digitalis</i> spp.), echinacea (<i>Echinacea</i> spp.), pir (<i>Elymus repens</i>), scai vânat (<i>Eryngium planum</i>), ghințură (<i>Gentiana asclepiadea</i>).	Conversație euristică, prelegere, problematizare, descriere	
10. Caractere botanice, efecte terapeutice și produse fitoterapeutice pentru: arborele pagodelor (<i>Ginkgo biloba</i>), crușin (<i>Frangula alnus</i>), sânziene (<i>Gallium</i> spp.), drobiță (<i>Genista tinctoria</i>), lemn dulce (<i>Glycyrrhiza glabra</i>), iederă (<i>Hedera helix</i>), spânz (<i>Helleborus</i> spp.), cătină (<i>Hippophaë rhamnoides</i>), sunătoare (<i>Hypericum perforatum</i>).	Conversație euristică, prelegere, problematizare, descriere	
11. Caractere botanice, efecte terapeutice și produse fitoterapeutice pentru: isop (<i>Hyssopus officinalis</i>), ienupăr (<i>Juniperus communis</i>), levănțică (<i>Lavandula angustifolia</i>), talpa găștei (<i>Leonurus cardiaca</i>), leuștean (<i>Levisticum officinale</i>), mușetel (<i>Matricaria chamomilla</i>), sulfină galbenă (<i>Melilotus officinalis</i>), mentă (<i>Mentha</i> spp.).	Conversație euristică, prelegere, problematizare, descriere	
12. Caractere botanice, efecte terapeutice și produse fitoterapeutice pentru: roiniță (<i>Melissa officinalis</i>), busuioc (<i>Ocimum basilicum</i>), mac (<i>Papaver somniferum</i>), molid (<i>Picea abies</i>), pin (<i>Pinus</i> spp.), pătlagină (<i>Plantago</i> spp.), coada racului (<i>Potentilla anserina</i>), cireș (<i>Prunus avium</i>), plămânărică (<i>Pulmonaria officinalis</i>).	Conversație euristică, prelegere, problematizare, descriere	
13. Caractere botanice, efecte terapeutice și produse fitoterapeutice pentru: măceș (<i>Rosa canina</i>), zmeur (<i>Rubus idaeus</i>), jaleș (<i>Salvia officinalis</i>), tătăneasă (<i>Symphytum officinale</i>), păpădie (<i>Taraxacum officinale</i>), cimbrisor (<i>Thymus</i> spp.), tei (<i>Tilia</i> spp.), podbal (<i>Tussilago farfara</i>).	Conversație euristică, prelegere, problematizare, descriere	

14. Caractere botanice, efecte terapeutice și produse fitoterapeutice pentru: urzică (<i>Urtica dioica</i>), valeriană (<i>Valeriana officinalis</i>), lumânărică (<i>Verbascum phlomoides</i>), afin (<i>Vaccinium myrtillus</i>), merișor (<i>Vaccinium vitis-idaea</i>), saschiu (<i>Vinca minor</i>), vâsc (<i>Viscum album</i>), porumb (<i>Zea mays</i>).	Conversație euristică, prelegere, problematizare, descriere	
Bibliografie BOJOR, O., 2018, Ghidul plantelor medicinale și aromatice de la A la Z, Editura Dharana, București. BOJOR, O., POPESCU, O., 2004: Fitoterapie tradițională și modernă, Editura Fiat Lux. BONE, K., MILLS, S., 2013: Principles and practice of phytotherapy, Churchill-Livingstone Elsevier, Elsevier. DUKE, J.A., JO BOGENSHUTZ-GODWIN, M., DUCCELLIER, J., DUKE, P-A.K., 2002, Medicinal Herbs, CRC Press. KLOSS J., 2010, Plante pentru sănătate, Editura Corint, București. MOHAN, GH., 2000: Mică enciclopedie de plante medicinale și fitoterapie ,Editura ALL, Elsevier. MUNTEAN L.S., 2016, Tratat de plante medicinale și aromatice, ed. a II-a, Editura Risoprint, ISBN: 978-973-53-1873-4. STĂNESCU U (ed.), HÂNCIANU, M., CIOANCĂ, O., APROTOSOAIE, A.C., MIRON, A., 2021, Plante medicinale de la A la Z, Editura Polirom, București.		

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

- cursul asigură o pregătire teoretică și practică a studenților în concordanță cu cele mai noi informații din literatură. - se transmit noțiuni și se formează deprinderi de activitate la studenți, necesare la alte discipline din domeniu sau domenii înrudite; - se stimulează interesul pentru cunoașterea, ocrotirea și valorificarea naturii, pentru sănătatea omului.
--

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	-corectitudinea și precizia răspunsurilor -capacitatea de analiză și interpretare -coerența și organizarea răspunsurilor	Colocviu	100 %
10.5 Seminar/laborator	-	-	-
10.6 Standard minim de performanță			
obținerea notei 5			

11. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)

								
--	--	---	--	--	--	--	--	--

Data completării:
14.01.2025

Semnătura titularului de curs



Semnătura titularului de seminar

.....

Data avizării în departament:

Semnătura directorului de departament

.....