

FIȘA DISCIPLINEI

Nutriție clinică și activitate fizică

Anul universitar 2025 - 2026

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca 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	Medicină
1.5. Ciclul de studii	Programe postuniversitare
1.6. Programul de studii / Calificarea	Medicina stilului de viață
1.7. Forma de învățământ	Învățământ la distanță (ID)

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Nutriție clinică și activitate fizică		
2.2. Titularul activităților de curs	Prof. dr. Nicolae Hâncu		
2.3. Titularul activităților de seminar	Prof. dr. Nicolae Hâncu		
2.4. Tipul de evaluare	Examen	2.5. Regimul disciplinei	Obligativu

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

3.1. Total ore din planul de învățământ	36	din care: 3.2. curs	24	3.3 seminar/laborator	12
Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)					24
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					13
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					0
Tutoriat (consiliere profesională)					0
Examinări					0
Alte activități					2
3.4. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)					39
3.5. Total ore pe semestru				75	
3.6. Numărul de credite				3	

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	- cunoștințe de anatomie, fiziologie, biochimie biofizică;
4.2. de competențe	- informarea prin studiul bibliografic; - utilizarea echipamentelor specifice; - capacitatea de a face conexiuni între disciplinele studiate.

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Suport logistic video.
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	- Suport logistic video. - Participarea la minim 75% din activitățile organizate este condiție pentru participarea la examen.

6.1. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale/ esențiale	1. Stabilirea recomandărilor de alimentație optimă la adultul sănătos. 2. Cunoașterea recomandărilor de activitate fizică pentru omul sănătos, la diferite vârste. 3. Elaborarea planului de terapie medicală nutrițională pentru principalele boli cronice, precum și a recomandărilor specifice de activitate fizică, conform ghidurilor internaționale. 4. Crearea unui plan comprehensiv de nutriție și activitate fizică specific afecțiunii.
Competențe transversale	1. Abordarea cazurilor în echipe multidisciplinare, incluzând kinetoterapeuți, psihologi, dieteticieni și alte ocupații sau specialități medicale. 2. Crearea parteneriatului medic-pacient pentru eficientizarea schimbării. 3. Dezvoltarea gândirii critice în luarea deciziilor clinice.

6.2. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Cursantul va avea cunoștințe despre: - Nutriția generală; - Terapia medicală nutrițională în principalele boli cronice netransmisibile - Recomandări de activitate fizică la persoana sănătoasă, dar și la pacienții cu afecțiuni cronice
Aptitudini	Absolventul va fi capabil să transmită noțiunile învățate în mod coerent, motivant, în cadrul consultației de medicina stilului de viață.
Responsabilități și autonomie	Absolventul va putea lua decizii fundamentate științific cu privire la recomandările de terapie medicală nutrițională specifice. Medicul va putea implementa independent și în condiții de siguranță recomandările de activitate fizică pentru pacienții săi.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Dobândirea cunoștințelor generale și specifice de nutriție generală/ nutriție clinică și activitate fizică recomandate personalizat.*
7.2 Obiectivele specifice	Redactarea unui plan nutrițional personalizat și a unui plan de activitate fizică, adaptat condițiilor pacientului, care să fie parte din planul general de sănătate recomandat pacientului.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Nutriție generală	Prelegere frontală, utilizând metode intuitive	
2. Modele alimentare bazate pe evidente	Prelegere frontală, utilizând metode intuitive	
3. Mindful eating, tulburări de comportament alimentar	Prelegere frontală, utilizând metode intuitive	
4. Modelul bolii cronice cardiometabolice	Prelegere frontală, utilizând metode intuitive	
5. Terapie medicală nutrițională în diabet zaharat și dislipidemii	Prelegere frontală, utilizând metode intuitive	
6. TMN în bolile pulmonare și somn	Prelegere frontală, utilizând metode intuitive	
7. TMN în MASLD și boli inflamatorii intestinale	Prelegere frontală, utilizând metode intuitive	
8. TMN în obezitate	Prelegere frontală, utilizând metode intuitive	
9. TMN în bolile cardiovasculare	Prelegere frontală, utilizând metode intuitive	
10. TMN în prevenție și management oncologie	Prelegere frontală, utilizând metode intuitive	

11. TMN in boala cronica de rinichi		
12. Activitatea fizică la omul sănătos și în afecțiunile cronice		
Bibliografie: - Krause and Mahan's – Food and the Nutrition care process - Maria Mota & Cornelia Bala- Nutriția în boala cronică de rinichi - Mariana Graur Nutriția în prevenția și terapia bolilor cronice netransmisibile - Gabriela Roman, Cornelia Bala Focus pe obezitate		
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Analizarea unor studii de caz	- Studii de caz și simulări medicale	
2. Interpretarea ghidurilor clinice	- Conversație, problematizare, demonstrație	
Bibliografie: - Krause and Mahan's – Food and the Nutrition care process - Maria Mota & Cornelia Bala- Nutriția în boala cronică de rinichi - Mariana Graur Nutriția în prevenția și terapia bolilor cronice netransmisibile - Gabriela Roman, Cornelia Bala Focus pe obezitate		

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

- Disciplina are un conținut similar celor studiate în universități de prestigiu, informația fiind actualizată periodic. - Conținuturile disciplinei <i>Nutriție clinică și activitate fizică</i> sunt corelate cu cerințele comunității științifice și ale angajatorilor prin integrarea principiilor interdisciplinare necesare cercetării și aplicațiilor în științele vieții și medicale. - Abordarea practică și teoretică a disciplinei reflecta așteptările asociațiilor profesionale.

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 analiza și interpretare. Coerența și organizarea răspunsurilor.	Examen scris	75%
10.5 Seminar/laborator	Evaluarea capacității de aplicare a cunoștințelor teoretice și dobândirea abilităților practice	Colocvii: proiect individual în cadrul lucrărilor practice	25%
10.6 Standard minim de performanță			
Participarea la minim 75% din activitățile organizate este condiție pentru participarea la examen. Nota 5,00 la examenul scris reprezintă standard minim de performanță necesar pentru promovarea disciplinei. Obținerea ei demonstrează înțelegerea rezonabilă a conceptelor fundamentale și aplicarea lor în situații de bază.			

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

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

Data completării:
07.06.2025

Semnătura titularului de curs
Prof. dr. Nicolae HÂNCU

Semnătura titularului de seminar
Prof. dr. Nicolae HÂNCU

Data avizării în departament:
07.06.2025

Semnătura directorului de departament

...