

FIȘA DISCIPLINEI
EVALUARE NUTRIȚIONALĂ

Anul universitar: 2026-2027

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca
1.2. Facultatea	Științe medicale și ale sănătății
1.3. Departamentul	Științe medicale și ale sănătății
1.4. Domeniul de studii	Sănătate
1.5. Ciclu de studii	Licență
1.6. Programul de studii / Calificarea	Nutriție și dietetică/Nutriționist și dietetician licențiat
1.7. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Evaluare nutrițională				Codul disciplinei	BLRxxx
2.2. Titularul activităților de curs	Nutriționist Dietetician drd. Alexandra Cornelia Tomi					
2.3. Titularul activităților de seminar	Nutriționist Dietetician drd. Alexandra Cornelia Tomi					
2.4. Anul de studiu	3	2.5. Semestrul	VI	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	4	din care: 3.2. curs	2	3.3. seminar/ laborator/ proiect	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	98	din care: 3.5. curs	28	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					7
Tutoriat (consiliere profesională)					4
Examinări					1
Alte activități					
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)				42	
3.8. Total ore pe semestru				98	
3.9. Numărul de credite				4	

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Bazele nutriției, Anatomie, Fiziologie, Biochimie
4.2. de competențe	- Abilități de comunicare cu pacienții, capacitatea de interpretare a informațiilor nutriționale, capacitatea de a evalua statusul nutrițional - Cunoașterea și aplicarea metodelor de evaluare nutrițională și de elaborare a unui diagnostic nutrițional

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	- Prezența: vor fi respectate întocmai prevederile regulamentului de activitate didactică al Facultății; - Suport logistic video, tablă; - Nu vor fi tolerate convorbirile telefonice, conversații online, fotografierea sau înregistrarea în timpul cursului.
--------------------------------	--

5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	• Participarea la minim 80% din activitatea de seminar este condiție pentru participarea la examenul scris; • Studentii vor avea caiet de stagi, instrumente de scris și de calcul; • Fiecare student trebuie să își completeze portofoliul și caietul de activități practice individual în concordanță cu cazurile clinice discutate la seminar; • Nu vor fi tolerate convorbirile telefonice, conversații online, fotografierea sau înregistrarea în timpul seminarului.
--	---

6.1. Competențele specifice acumulate¹

Competențe profesionale/esențiale	• Calcularea necesarului nutrițional specific în funcție de vârstă, sex, starea fiziologică și patologică • Utilizarea metodelor și instrumentelor de evaluare nutrițională (chestionare de frecvență alimentară, jurnal alimentar, măsurătorile antropometrice) • Integrarea tehnologiilor moderne în evaluarea nutrițională, cum ar fi aplicațiile software specializate și dispozitivele de monitorizare a compoziției corporale • Capacitatea de a analiza și interpreta datele obținute din evaluările nutriționale pentru a formula recomandări personalizate • Dezvoltarea competențelor de comunicare pentru a ghida pacienții în adoptarea unui stil de viață sănătos • Înțelegerea rolului nutriției în sănătatea publică și identificarea strategiilor de promovare a unui stil de viață sănătos la nivel de comunitate
Competențe transversale	• Identificarea rolurilor și responsabilităților într-o echipă pluridisciplinară și aplicarea de tehnici de relaționare și muncă eficientă în cadrul echipei și în relație cu pacientul. • Dezvoltarea gândirii critice pentru a evalua diferite opțiuni și a lua decizii optime în contextul nutrițional. • Utilizarea limbajului accesibil pentru educația nutrițională, precum și a tehnicilor de consiliere pentru motivarea schimbărilor comportamentale. • Dezvoltarea capacității de a căuta și integra informații noi din literatura științifică și ghidurile actualizate din domeniul nutriției. • Respectarea principiilor etice în evaluarea și consilierea nutrițională, inclusiv confidențialitatea datelor pacientului și evitarea conflictelor de interese.

6.2. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Studentul cunoaște: • metodele de evaluare nutrițională; • analizarea informațiilor medicale și nutriționale; • standardele și ghidurile nutriționale naționale și internaționale; • folosirea unor software-uri utilizate pentru estimarea aportului nutrițional.
Aptitudini	Studentul este capabil să: • aplice metode de evaluare nutrițională, analizeze și interpreteze date pentru a formula recomandări personalizate, comunice eficient în consilierea nutrițională și să utilizeze tehnologii și informații bazate pe dovezi pentru promovarea sănătății.
Responsabilități și autonomie	Studentul are capacitatea de a lucra independent pentru: • Evaluarea stării nutriționale a pacienților; • Elaborarea unui plan dietoterapeutic; • Monitorizarea progresului pacienților; • Crearea materialelor educaționale.

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.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Dezvoltarea competențelor teoretice și practice necesare pentru evaluarea statusului nutrițional al indivizilor și populațiilor.
7.2 Obiectivele specifice	- Utilizarea corectă a instrumentelor și tehnicilor de evaluare, precum măsurătorile antropometrice, metodele dietetice și analizele biochimice - Interpretarea datelor obținute în urma evaluării nutriționale și corelarea acestora cu sănătatea generală. - Analizarea și utilizarea literaturii științifice pentru a susține deciziile nutriționale și planurile de intervenție. - Dobândirea abilității de evaluare nutrițională a pacientului.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Introducere în intervenția nutrițională/terapia medicală nutrițională/dietoterapia. Terminologie (dietă, dietoterapie, nutriție, nutriționist, management nutrițional, evaluarea dietoterapiei). Etapele terapiei medicale nutriționale.	Prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice	Expuneri orale însoțite de prezentări PowerPoint, comunicare interactivă
2. Evaluarea stării de nutriție Anamneza (obiective generale și specifice-anamneza nutrițională). Metode de anamneză nutrițională, avantaje și dezavantaje.	Prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice	Expuneri orale însoțite de prezentări PowerPoint, comunicare interactivă
3. Evaluarea stării de nutriție Examenul obiectiv. Antropometria. Examinări de laborator.	Prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice	Expuneri orale însoțite de prezentări PowerPoint, comunicare interactivă
4. Necesarul energetic Cheltuiala de energie a organismului (metabolismul bazal, activitatea fizică, efectul termic al alimentelor). Starea fiziologică. Condițiile de meniu	Prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice	Expuneri orale însoțite de prezentări PowerPoint, comunicare interactivă
5. Necesarul nutritiv Macronutrienți. Micronutrienți. Necesarul hidric.	Prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice	Expuneri orale însoțite de prezentări PowerPoint, comunicare interactivă
6. Evaluarea statusului nutrițional la copii Perioadele copilăriei. Metode de evaluare a creșterii. Indicatori antropometrici. Nevoi nutritive.	Prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice	Expuneri orale însoțite de prezentări PowerPoint, comunicare interactivă
7. Evaluarea statusului nutrițional la adolescenți Nevoi nutriționale. Obiceiuri alimentare.	Prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice	Expuneri orale însoțite de prezentări PowerPoint, comunicare interactivă
8. Evaluarea nutrițională la adulți și vârstnici Nevoi nutriționale specifice fiecărei categorii de vârstă. Obezitatea la adulți. Malnutriția la vârstnici	Prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice	Expuneri orale însoțite de prezentări PowerPoint, comunicare interactivă

9. Evaluarea nutrițională în condiții speciale Nevoi nutriționale în timpul sarcinii și alăptării. Nutriția în obezitate, diabet zaharat, hipertensiune arterială.	Prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice	Expuneri orale însoțite de prezentări PowerPoint, comunicare interactivă
10. Malnutriția Identificarea malnutriției (subnutriție, supranutriție).	Prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice	Expuneri orale însoțite de prezentări PowerPoint, comunicare interactivă
11. Principii de alimentație sănătoasă Selecția calitativă și cantitativă a alimentelor. Modele practice de planificare a alimentației (piramida alimentară, mărimea porțiilor, alegerea meniului)	Prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice	Expuneri orale însoțite de prezentări PowerPoint, comunicare interactivă
12. Discutarea ghidurilor de alimentație sănătoasă Analiza, interpretarea și beneficiile diverselor tipuri de diete în cadrul alimentației sănătoase a adultului: dieta mediteraneană, dieta DASH	Prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice	Expuneri orale însoțite de prezentări PowerPoint, comunicare interactivă
13. Planificarea și implementarea strategiilor nutriționale Cum se elaborează un plan alimentar individualizat. Educația nutrițională (tehnici și instrumente).	Prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice	Expuneri orale însoțite de prezentări PowerPoint, comunicare interactivă
14. Etica și comunicarea în evaluarea nutrițională. Confidențialitatea datelor și relația cu pacientul. Interviu motivațional. Rolul empatiei în comunicarea cu pacienții.	Prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice	Expuneri orale însoțite de prezentări PowerPoint, comunicare interactivă
Bibliografie • Suportul de curs PowerPoint • A. Vereșiu, Recomandări de intervenții nutriționale la pacienții spitalizați, Ed. Echinox, Cluj Napoca, 2016 • Gandi, J. Manual of dietetic practice. 5th ed. British Dietetic Association. Wiley Blackwell, 2014 • Searfinceanu C., Nutriție clinică umană, Ed. Medicală, 2012 • Busetto și colab., A new framework for the diagnosis, staging and management of obesity in adults, Natur Medicine, vol 30, 2395–2399, 2024 • Escott-Stump, S. Nutrition and diagnosis: related care. 7th ed. LWW, 2012 • Winterfeldt, E., Bogle, M., Ebro, L. Nutrition and dietetics : practice and future trends, Ed. Jones & Bartlett Learning, USA, 2018 • Krause and Mahan's- Food and the nutrition care process, 15th Edition, Elsevier, 2020 • Brown, J. Nutrition through life cycle. 4th ed. Cengage Learning, 2011 • 2020-2025 Dietary Guidelines for Americans Recommendations, available at: https://www.pcrm.org/good-nutrition/nutrition-programs-policies/2020-2025-dietary-guidelines		
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Prezentarea unui studiu de caz (pacient cu diverse patologii). Studentii vor identifica etapele terapiei medicale nutriționale (evaluare, diagnostic nutrițional, planificarea intervenției nutriționale-obiective SMART, implementarea unui meniu, monitorizare)	Conversație, problematizare, prezentări de caz	Prezentare orală însoțită de suport electronic, comunicare interactivă
2. Simulare de anamneză nutrițională: colectarea și analiza datelor pacientului.	Conversație, problematizare, prezentări de caz	Prezentare orală însoțită de suport electronic, comunicare interactivă

Dezbateri avantajele și dezavantajele fiecărei metode. Studenții se vor împărți în perechi de câte doi și vor simula o anamneză.		
3. Aplicarea metodelor de evaluare a stării de nutriție-examen obiectiv, antropometrie, analize de laborator. Studenții vor calcula indicii de masă corporală și vor interpreta diferite buletine de analize, corelând rezultatele cu starea de nutriție	Conversație, problematizare, prezentări de caz	Prezentare orală însoțită de suport electronic, comunicare interactivă
4. Calculul necesarului energetic și nutritiv pe categorii de indice de masă corporală. Distribuția kcaloriilor pe macronutrienți.	Conversație, problematizare, prezentări de caz	Prezentare orală însoțită de suport electronic, comunicare interactivă
5. Calculul necesarului energetic și nutritiv. Distribuția kcaloriilor pe macronutrienți.	Conversație, problematizare, prezentări de caz	Prezentare orală însoțită de suport electronic, comunicare interactivă
6. Evaluarea nutrițională a copiilor de diferite vârste și corelarea nevoilor nutritive cu cele specifice vârstei. Propunerea intervențiilor nutriționale pentru optimizarea creșterii și dezvoltării copiilor.	Conversație, problematizare, prezentări de caz	Prezentare orală însoțită de suport electronic, comunicare interactivă
7. Evaluarea nutrițională a adolescentului și elaborarea intervenției nutriționale la un adolescent cu obezitate severă.	Conversație, problematizare, prezentări de caz	Prezentare orală însoțită de suport electronic, comunicare interactivă
8. Evaluarea nutrițională a vârstnicului și elaborarea intervenției nutriționale la un vârstnic cu malnutriție.	Conversație, problematizare, prezentări de caz	Prezentare orală însoțită de suport electronic, comunicare interactivă
9. Evaluarea nutrițională a gravidei și alcătuirea recomandărilor nutriționale în perioada alăptării.	Conversație, problematizare, prezentări de caz	Prezentare orală însoțită de suport electronic, comunicare interactivă
10. Alcătuirea de meniuri bazate pe piramida alimentației sănătoase; selecția optimă de alimente în cadrul grupelor alimentare.	Conversație, problematizare, prezentări de caz	Prezentare orală însoțită de suport electronic, comunicare interactivă
11. Alcătuirea de meniuri bazate pe piramida dietei mediteraneene; selecția optimă de alimente în cadrul grupelor alimentare.	Conversație, problematizare, prezentări de caz	Prezentare orală însoțită de suport electronic, comunicare interactivă
12. Folosirea diferitelor soft-uri de analiză a aportului nutrițional și alcătuirea unor meniuri cu ajutorul lor.	Conversație, problematizare, prezentări de caz	Prezentare orală însoțită de suport electronic, comunicare interactivă
Bibliografie - American Diabetes Association. Standards of medical care in diabetes 2021. Diabetes Care 2021;44(Suppl 1). - Schutz D, et al. European Practical and Patient-Centred Guidelines for Adult Obesity Management in Primary Care. Obesity Facts 2019; vol 12, No 1. - The Task Force for the Management of Dyslipidaemias of the European Society of Cardiology (ESC) and European Atherosclerosis Society (EAS). 2019 ESC/EAS Guidelines for the Management of Dyslipidaemias. European Heart Journal 2019. - European Society of Cardiology, 2018 ESC/ESH Guidelines for management of arterial hypertension, European Heart Journal, 39, 3021-3104, 218 A. Vereșiu, Recomandări de intervenții nutriționale la pacienții spitalizați, Ed. Echinox, Cluj Napoca, 2016		

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

- Conținuturile disciplinei sunt corelate cu ghidurile și standardele elaborate de asociații profesionale recunoscute, cum ar fi societățile de nutriție și dietetică, asociațiile medicale și organizațiile naționale și internaționale de sănătate publică.
- Materiile incluse răspund cerințelor angajatorilor din domeniul sănătății, cum ar fi spitalele, clinicile de nutriție, instituțiile de sănătate publică și industria alimentară, contribuind la formarea unor specialiști competenți și adaptați cerințelor actuale ale pieței.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Evaluarea gradului de înțelegere a conceptelor fundamentale și aplicabilitatea acestora în contextul specific al disciplinei.	Examen scris tip grilă	70%
10.5 Seminar/laborator	Evaluarea cunoștințelor teoretice (dobândite pe parcursul seminariilor).	Examen scris (efectuarea unei anamneze a unui pacient).	30%
10.6 Standard minim de performanță			
Însușirea principalelor noțiuni de dietoterapie :			
• Cunoașterea terminologiei specifice (dietă, dietoterapie, terapie medicală nutrițională) • Cunoașterea etapelor intervenției nutriționale în diferite etape de vârstă			

11. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)²

	Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă							
								

² Păstrați doar etichetele care, în conformitate cu [Procedura de aplicare a etichetelor ODD în procesul academic](#), se potrivesc disciplinei și ștergeți-le pe celelalte, inclusiv eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă - dacă nu se aplică. Dacă nicio etichetă nu descrie disciplina, ștergeți-le pe toate și scrieți "Nu se aplică".

Data completării:
10.11.2025

Semnătura titularului de curs
Nutriționist Dietetician drd. Alexandra
Cornelia Tomi

Semnătura titularului de seminar
Nutriționist Dietetician drd. Alexandra
Cornelia Tomi

Data avizării în departament:
03.12.2025

Semnătura directorului de departament
Sef lucr.dr. Vlad Alexandru Toma