

FIȘA DISCIPLINEI

FITOTERAPIE

Anul universitar 2025-2026

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
1.7. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		FITOTERAPIE				Codul disciplinei		BLRxxx				
2.2. Titularul activităților de curs			GAVRILAȘ OANA									
2.3. Titularul activităților de seminar			GAVRILAȘ OANA									
2.4. Anul de studiu		2	2.5. Semestrul		4	2.6. Tipul de evaluare		VP	2.7. Regimul disciplinei		DS	

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	56	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)					-
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					-
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					-
Tutoriat (consiliere profesională)					-
Examinări					-
Alte activități					-
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)				-	
3.8. Total ore pe semestru				56	
3.9. Numărul de credite				2	

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Frecventarea disciplinei de Botanică sistematică I și II
4.2. de competențe	- Utilizarea corectă a materialului biologic și a ustensilelor de laborator - Identificarea unor specii comune de plante medicinale, pe baza ilustrației sau în teren

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Suport logistic video
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	

6. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Studentul cunoaște: - conceptele fundamentale ale fitoterapiei; - cele mai comune și utilizate specii de plante medicinale; - cele mai importante grupe de principii active prezente în plantele medicinale; - efectele terapeutice ale principalelor grupe de plante; - regulile de utilizare a remediilor din plante.
------------	---

Aptitudini	Studentul este capabil să: - identifice, în teren sau după ilustrații, speciile de plante medicinale spontane sau cultivate; - 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; - combine nutriția echilibrată cu utilizarea plantelor medicinale; - sintetizeze informația și să prezinte caracteristicile morfologice, structurale, biochimice, fitoterapeutice ale plantelor medicinale.
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 principalelor grupe de plante.
7.2 Obiectivele specifice	- Cunoașterea unor caractere de identificare în natură a plantelor terapeutice, 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.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Utilizări terapeutice ale principalelor grupe de plante (reprezentanți, distribuție geografică, compuși bioactivi).	Conversație euristică, problematizare, descriere etc.	
2. Compoziția chimică a plantelor medicinale. Principii active prezente/izolate din plante medicinale.	Conversație euristică, problematizare, descriere etc.	
3. Părți ale plantelor folosite ca sursă de compuși bioactivi. Compușii bioactive din plante ca sursă/model pentru obținerea de medicamente.	Conversație euristică, problematizare, descriere etc.	
4. Metode de obținere a extractelor vegetale. Toxicitatea extractelor vegetale. Factori care influențează producția și calitatea extractelor vegetale.	Conversație euristică, problematizare, descriere etc.	
5. Reguli de utilizare a remediilor din plante. Alge, ciuperci, licheni și mușchi cu potențial fitoterapeutic.	Conversație euristică, problematizare, descriere etc.	
6. Efecte terapeutice ale unor specii de pteridofite și gimnosperme.	Conversație euristică, problematizare, descriere etc.	
7. Efecte terapeutice ale unor specii de angiosperme (fam. Piperaceae, Amaryllidaceae, Asphodelaceae, Poaceae, Zingiberaceae)	Conversație euristică, problematizare, descriere etc.	
8. Efecte terapeutice ale unor specii de angiosperme (fam. Ranunculaceae, Berberidaceae, Papaveraceae, Hypericaceae, Malvaceae)	Conversație euristică, problematizare, descriere etc.	
9. Efecte terapeutice ale unor specii de angiosperme (fam. Fabaceae, Rosaceae, Rhamnaceae, Ericaceae)	Conversație euristică, problematizare, descriere etc.	
10. Efecte terapeutice ale unor specii de angiosperme (fam. Rutaceae, Gentianaceae,	Conversație euristică, problematizare, descriere etc.	

Solanaceae, Apocynaceae, Boraginaceae, Plantaginaceae)		
11. Efecte terapeutice ale unor specii de angiosperme (fam. Rubiaceae, Lamiaceae, Araliaceae)	Conversație euristică, problematizare, descriere etc.	
12. Efecte terapeutice ale unor specii de angiosperme (fam. Apiaceae, Asteraceae)	Conversație euristică, problematizare, descriere etc.	
Bibliografie 1. BOJOR, O., POPESCU, O., 2004: Fitoterapie tradițională și modernă, Editura Fiat Lux. 2. BONE, K., MILLS, S., 2013: Principles and practice of phytotherapy, Churchill-Livingstone Elsevier, Elsevier. 3. DESCHAUER, T., 1996: Illustrated phytotherapy, Deschauer Publ., Maywood, Illinois, Elsevier. 4. DUKE, J.A., JO BOGENSHUTZ-GODWIN, M., DUCCELLIER, J., DUKE, P-A.K., 2002, Medicinal Herbs, CRC Press. 5. EDDOUKS, M., CHATTOPADHYAY, D. (eds), 2013: Phytotherapy in the management of diabetes and hypertension, Bentham Science Publishers., Elsevier. 6. HEINRICH, M., BARNES, J., PRIETO GARCIA, J.M., GIBBONS, S., WILLIAMSON, E.M., 2018: Fundamentals of pharmacognosy and phytotherapy, 3rd ed., Elsevier. 7. KLOSS J., 2010, Plante pentru sănătate, Corint, București. 8. MOHAN, GH., 2000: Mică enciclopedie de plante medicinale și fitoterapie ,Editura ALL, Elsevier. 9. MUNTEAN L.S., 2016, Tratat de plante medicinale și aromatice, ed. a II-a, Editura Risoprint, ISBN: 978-973-53-1873-4.		
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Organizarea activității. Discutarea modului de lucru, structura prezentării ppt, dezbatere.	Prelegere, conversație euristică, problematizare	
2. Recomandări fitoterapice în diabetul de tip 2.	Activitate individuală coordonată/activitate frontală, conversație euristică, observare, problematizare	
3. Suplimente nutritive din plante recomandate pentru scăderea colesterolemiei.	Activitate individuală coordonată/activitate frontală, conversație euristică, observare, problematizare	
4. Extracte vegetale utilizate în obezitate.	Activitate individuală coordonată/activitate frontală, conversație euristică, observare, problematizare	
5. Extracte vegetale utilizate ca adjuvanți în oncologie.	Activitate individuală coordonată/activitate frontală, conversație euristică, observare, problematizare	
6. Extracte vegetale cu rol imunostimulator.	Activitate individuală coordonată/activitate frontală, conversație euristică, observare, problematizare	
7. Preparate fitoterapeutice recomandate în hipertensiune.	Activitate individuală coordonată/activitate frontală, conversație euristică, observare, problematizare	
8. Extracte vegetale recomandate în terapia somnului.	Activitate individuală coordonată/activitate frontală, conversație euristică, observare, problematizare	
9. Prezentarea individuală a unei plante terapeutice alese de către student, ca prezentare ppt, conform structurii comunicate.	Activitate individuală, conversație euristică, problematizare, prezentare ppt, notarea prezentărilor	
10. Prezentarea individuală a unei plante terapeutice alese de către student, ca prezentare ppt, conform structurii comunicate.	Activitate individuală, conversație euristică, problematizare, prezentare ppt, notarea prezentărilor	
11. Prezentarea individuală a unei plante terapeutice alese de către student, ca prezentare ppt, conform structurii comunicate.	Activitate individuală, conversație euristică, problematizare, prezentare ppt, notarea prezentărilor	
12. Prezentarea individuală a unei plante terapeutice alese de către student, ca prezentare ppt, conform structurii comunicate.	Activitate individuală, conversație euristică, problematizare, prezentare ppt, notarea prezentărilor	
Bibliografie 1. BOJOR, O., POPESCU, O., 2004: Fitoterapie tradițională și modernă, Editura Fiat Lux. 2. BONE, K., MILLS, S., 2013: Principles and practice of phytotherapy, Churchill-Livingstone Elsevier, Elsevier. 4. DUKE, J.A., JO BOGENSHUTZ-GODWIN, M., DUCCELLIER, J., DUKE, P-A.K., 2002, Medicinal Herbs, CRC Press.		

5. EDDOUKS, M., CHATTOPADHYAY, D. (eds), 2013: Phytotherapy in the management of diabetes and hypertension, Bentham Science Publishers., Elsevier.
6. HEINRICH, M., BARNES, J., PRIETO GARCIA, J.M., GIBBONS, S., WILLIAMSON, E.M., 2018: Fundamentals of pharmacognosy and phytotherapy, 3rd ed., Elsevier.
7. KLOSS J., 2010, Plante pentru sănătate, Corint, București.
8. MOHAN, GH., 2000: Mică enciclopedie de plante medicinale și fitoterapie ,Editura ALL, Elsevier.
9. MUNTEAN L.S., 2016, Tratat de plante medicinale și aromatice, ed. a II-a, Editura Risoprint, ISBN: 978-973-53-1873-4.

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

- Disciplina Fitoterapie 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;
- Asigurarea unei pregătiri practice aplicative a studenților, stimularea creativității și spiritului inovator la aceștia.
- Stimularea interesului 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	Interesul pentru activitate	orală	20 %
10.5 Seminar/laborator	Evaluarea PPT: • planul de realizare a prezentării; • calitatea bibliografiei utilizate; • bogăția și diversitatea informației	orală, scrisă, pe bază de proiect, autoevaluare, observare	80 %
10.6 Standard minim de performanță			
• Cunoașterea a 50% din informația prezentată la curs • Cunoașterea a 60% din informația de la seminar			

11. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)¹



Data completării:
04.11.2025

Semnătura titularului de curs

Oana Gavrilaș

Semnătura titularului de seminar

Oana Gavrilaș

Data avizării în departament:
03.12.2025

Semnătura directorului de departament

Sef lucr.dr. Vlad Alexandru Toma

¹ 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".

