

FIȘA DISCIPLINEI

Dietoterapie în Intoleranțe și Alergii Alimentare

Anul universitar 2026-2027

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai
1.2. Facultatea	Științe medicale și ale sănătății
1.3. Departamentul	Științe medicale și ale sănătății
1.4. Domeniul de studii	Sănătate
1.5. Ciclul 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		Dietoterapie în Intoleranțe și Alergii Alimentare				Codul disciplinei	BLRxxx
2.2. Titularul activităților de curs			Dr. Pojoga Cristina				
2.3. Titularul activităților de seminar			Dr. Pojoga Cristina				
2.4. Anul de studiu	3	2.5. Semestrul	6	2.6. Tipul de evaluare	E	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	126	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)					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					13
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					8
Tutoriat (consiliere profesională)					1
Examinări					4
Alte activități					1
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	Cunoștințe de anatomie, fiziologie, biochimie, imunologie, elemente de patologie generală și nutriție clinică
4.2. de competențe	Informarea prin studiul bibliografic; capacitatea de a face conexiuni între disciplinele studiate; utilizarea instrumentelor și echipamentelor specifice nutriției clinice; abilități de comunicare și consiliere; lucrul cu date clinice și planuri alimentare personalizate

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Logistică video, materiale specifice, prezentări de caz clinic, acces la baze de date nutriționale și algoritmi de diagnostic
--------------------------------	---

5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	Echipament de laborator pentru evaluare nutrițională; acces la liste de alimente și etichete nutriționale; Participarea la minim 75% din lucrările practice organizate este condiție pentru participarea la examen
--	--

6. Competențele specifice acumulate¹

Competențe profesionale/esențiale	• Competențe profesionale/esențiale • Diferențierea între alergiile alimentare mediate IgE și non-IgE și intoleranțele alimentare • Evaluarea clinică și stabilirea diagnosticului nutritiv în alergii și intoleranțe alimentare • Elaborarea planurilor de dietoterapie personalizate pentru pacienți cu alergii și intoleranțe • Aplicarea dietelor de eliminare și a protocoalelor de reintroducere alimentară • Identificarea și gestionarea riscului de malnutriție și deficiențe nutriționale • Managementul nutritiv al reacțiilor adverse la alimente în diferite grupe de vârstă • Interpretarea testelor de diagnostic (teste cutanate, teste de provocare, teste respiratorii) • Aplicarea principiilor de prevenție și educație nutrițională în alergii și intoleranțe •
Competențe transversale	• Comunicare eficientă cu pacienții, familiile și echipa medicală multidisciplinară • Interpretarea și aplicarea ghidurilor clinice internaționale în practică • Utilizarea surselor de informație științifică și a tehnologiei în evaluarea nutrițională • Aplicarea principiilor etice în consilierea nutrițională • Dezvoltarea abilităților de soluționare a problemelor complexe • Educație pentru sănătate și promovarea autonomiei pacientului

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	• Dezvoltarea cunoștințelor fundamentale și avansate privind mecanismele fiziopatologice, diagnosticul și managementul nutritiv al alergiilor și intoleranțelor alimentare; formarea competențelor practice necesare pentru evaluarea, consilierea și suportul nutritiv al pacienților cu reacții adverse la alimente; integrarea abordării nutriționale în contextul echipei medicale multidisciplinare..
7.2 Obiectivele specifice	• Înțelegerea mecanismelor imunologice și non-imunologice ale reacțiilor adverse la alimente • Diferențierea clinică între alergii alimentare și intoleranțe • Aplicarea protocoalelor de diagnostic și evaluare nutrițională specifice • Elaborarea dietelor de eliminare și planurilor de reintroducere alimentară • Identificarea și prevenirea deficiențelor nutriționale în dietele restrictive • Managementul nutritiv al principalelor alergii (lapte, ou, grâu, soia, nuci, pește) • Aplicarea strategiilor de prevenție primară și secundară • Dezvoltarea abilităților de educație nutrițională și comunicare terapeutică

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Introducere în alergiile și intoleranțele alimentare: epidemiologie, clasificare, impact socio-economic	Prelegere frontală, metode intuitive, problematizare	

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.

Mecanisme imunologice ale alergiilor alimentare: reacții IgE-mediate și non-IgE mediate	Prelegere frontală, metode intuitive, problematizare	
Fiziopatologia intoleranțelor alimentare: intoleranța la lactoză, fructoză, histamină	Prelegere frontală, metode intuitive, problematizare	
Boala celiacă: diagnostic, monitorizare, complicații și managementul nutritiv	Prelegere frontală, metode intuitive, problematizare	
Diagnostic clinic și paraclinic: teste cutanate, IgE specifice, teste de provocare orală	Prelegere frontală, metode intuitive, problematizare	
Evaluarea nutrițională în alergii și intoleranțe: identificarea deficiențelor și a riscului nutritiv	Prelegere frontală, metode intuitive, problematizare	
Diete de eliminare: principii, planificare, monitorizare și prevenirea malnutriției	Prelegere frontală, metode intuitive, problematizare	
Managementul nutritiv al alergiei la proteinele din laptele de vacă la sugar și copil	Prelegere frontală, metode intuitive, problematizare	
Alergii la ou, grâu, soia, nuci și arahide: substitute alimentare și planificare dietetică	Prelegere frontală, metode intuitive, problematizare	
Intoleranța la lactoză și fructoză: protocoale de diagnostic și strategii dietetice	Prelegere frontală, metode intuitive, problematizare	
Sindromul de intoleranță la histamină și sensibilitatea la glutamat: abordare nutrițională	Prelegere frontală, metode intuitive, problematizare	
Protocoale de reintroducere alimentară și dezvoltarea toleranței orale	Prelegere frontală, metode intuitive, problematizare	
Prevenția alergiilor alimentare: diversificare, expunere timpurie, factori de risc	Prelegere frontală, metode intuitive, problematizare	
Educație nutrițională, etichetare și managementul riscului în viața cotidiană	Prelegere frontală, metode intuitive, problematizare	
Bibliografie • Food Allergy: Adverse Reactions to Foods and Food Additives, Dean D. Metcalfe, Hugh A. Sampson, Ronald A. Simon (2023) • Food Allergies and Food Intolerances: Diagnosis and Management, Jonathan Brostoff, Linda Gamlin (2022) • Krauses Food, Nutrition and Diet Therapy, L. Kathleen Mahan, Sylvia Escott-Stump (2020) • Celiac Disease: A Guide to Living with Gluten Intolerance, Sylvia Llewelyn Bower (2021) • Clinical Nutrition in Gastrointestinal Disease, Keith Melvin, Isadora Bluth, Lawrence Branski (2019) • Food Intolerance Management Plan, A. Fedewa, S. Rao (2014) • Nutriția clinică, Cristian Țăranu (2018) • Guidelines for the Diagnosis and Management of Food Allergy, NIAID-Sponsored Expert Panel (2023) • EAACI Food Allergy and Anaphylaxis Guidelines, European Academy of Allergy and Clinical Immunology (2022)		

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
Interpretarea testelor cutanate și a IgE specifice serice	Conversație, problematizare, demonstrație	
Anamneza alimentară și identificarea alergenilor suspectați	Conversație, problematizare, demonstrație	
Elaborarea dietei de eliminare pentru alergia la proteinele din lapte	Conversație, problematizare, demonstrație	
Calculul aportului nutritiv și identificarea deficiențelor în dietele restrictive	Conversație, problematizare, demonstrație	
Analiza etichetelor alimentare și identificarea alergenilor ascunși	Conversație, problematizare, demonstrație	
Planificarea meniului pentru pacient cu intoleranță la lactoză și fructoză	Conversație, problematizare, demonstrație	
Protocol de reintroducere alimentară în alergia la ou	Conversație, problematizare, demonstrație	
Caz clinic: boală celiacă – dieta fără gluten și monitorizare nutrițională	Conversație, problematizare, demonstrație	
Substituenți alimentari în alergii multiple: planificare practică	Conversație, problematizare, demonstrație	
Educația pacientului și familiei: managementul riscului și strategii de prevenție	Conversație, problematizare, demonstrație	
Bibliografie • Food Allergy: Adverse Reactions to Foods and Food Additives, Dean D. Metcalfe, Hugh A. Sampson, Ronald A. Simon (2023) • Food Allergies and Food Intolerances: Diagnosis and Management, Jonathan Brostoff, Linda Gamlin (2022) • Krauses Food, Nutrition and Diet Therapy, L. Kathleen Mahan, Sylvia Escott-Stump (2020) • Celiac Disease: A Guide to Living with Gluten Intolerance, Sylvia Llewelyn Bower (2021) • Clinical Nutrition in Gastrointestinal Disease, Keith Melvin, Isadora Bluth, Lawrence Branski (2019) • Food Intolerance Management Plan, A. Fedewa, S. Rao (2014) • Nutriția clinică, Cristian Țăranu (2018) • Guidelines for the Diagnosis and Management of Food Allergy, NIAID-Sponsored Expert Panel (2023) • EAACI Food Allergy and Anaphylaxis Guidelines, European Academy of Allergy and Clinical Immunology (2022) •		

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

- Conținuturi conforme cu standardele naționale și internaționale de nutriție clinică, alergologie și imunologie; integrate cu cerințele angajatorilor din sectorul de sănătate și cu recomandările organizațiilor profesionale în domeniu (EAACI - European Academy of Allergy and Clinical Immunology, AAAAI - American Academy of Allergy, Asthma and Immunology, ASPEN, ESPEN, Asociația Română de Nutriție Clinică și Metabolism).
- Programul asigură inserția absolvenților în structuri medicale diverse: spitale și clinici pediatrice, departamente de alergologie și imunologie clinică, cabinete de nutriție și dietetică, centre de diagnostic și consiliere nutrițională, servicii de îngrijire ambulatorie și comunitară.
- Disciplina respectă cerințele comunității academice și profesionale din domeniul nutriției și dieteticii, cu accent pe abordarea multidisciplinară a pacientului cu alergii și intoleranțe alimentare și pe aplicarea practică a protocoalelor internaționale de diagnostic și management nutritiv în contextul real al îngrijirii pacientului.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Cunoașterea mecanismelor fiziopatologice, diferențierea clinică între alergii și intoleranțe, aplicarea protocoalelor de diagnostic, înțelegerea principiilor de dietoterapie	Examen scris	75%
10.5 Seminar/laborator	Aplicare practică în elaborarea dietelor de eliminare, abilități de evaluare nutrițională, capacitate de analiză de caz clinic, interpretarea testelor de diagnostic, participare activă și implicare	Colocviu/proiect individual	25%
10.6 Standard minim de performanță			
• Participarea la minimum 75% din activități practice este obligatorie. Nota minimă: 5,00			

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

Dr. Pojoga Cristina

Semnătura titularului de seminar

Dr. Pojoga Cristina

Data avizării în departament:
03.12.2025

Semnătura directorului de departament

Sef lucr.dr. Vlad Alexandru Toma