

FIȘA DISCIPLINEI

Nutriția vârstnicului

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. 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		Nutriția vârstnicului.				Codul disciplinei		BLRxxx
2.2. Titularul activităților de curs			Prof Dr. Habil. Florea Mira Lia					
2.3. Titularul activităților de seminar			Prof Dr. Habil. Florea Mira Lia					
2.4. Anul de studiu	2	2.5. Semestrul	4	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DR	

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)					18
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					6
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					16
Tutoriat (consiliere profesională)					0
Examinări					2
Alte activități					0
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	Cunoașterea bazelor nutriției sanogene, a semiologie medicale și a patologiei de medicină internă
4.2. de competențe	Capacitatea de interpretare a informațiilor medicale și nutriționale colectate, abilități de comunicare și de motivare a pacienților și familiilor acestora, pt optimizarea modului de viață

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Suport logistic video
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	Participarea la minim 80% din lucrările de laborator este condiție pentru participarea la examen

6. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Studentul cunoaște: • principiile nutriției sanogene și adaptate la comorbiditățile varstnicului • modificări de comportament alimentar ale varstnicului • neglijarea alimentației și hidratării varstnicului: recunoaștere, consecințe • efectele secundare ale unor terapii adresate tulburărilor cognitive asupra statusului nutritional • impactul nutriției asupra sistemului imunitar și asupra controlului comorbidităților varstnicului
Aptitudini	Studentul este capabil să: • utilizeze noțiunile teoretice în stabilirea diagnosticului dietetic, patternul alimentar • elaboreze planuri intervenționale nutritionale • să fie responsabil în exercitarea profesiei și respectând principiile de etică profesională
Responsabilități și autonomie	Studentul are capacitatea de a lucra independent pentru: • realizarea unui plan de dietă personalizat • să motiveze, ghideze pacientul în modificarea comportamentului alimentar nesanogen spre cel sanogen • să identifice bariere în aderenta la dieta recomandată varstnicului și familiei • să implice familia în alimentația și hidratarea adaptate comorbidităților varstnicului

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	• înțelegerea interacțiunii dintre nutriție, sarcopenie și fragilitatea varstnicului • strategii dietetice personalizate pentru a gestiona și îmbunătăți rezultatele în cele mai frecvente comorbidități ale varstnicilor.
7.2 Obiectivele specifice	• dezvoltarea de planuri de dietă personalizate care să răspundă nevoilor nutriționale specifice în boli cardiovasculare ; • dezvoltarea de planuri de dietă personalizate care să răspundă nevoilor nutriționale specifice în insuficiența renală cronică; • dezvoltarea de planuri de dietă personalizate care să răspundă nevoilor nutriționale specifice în BPOC decompensat; • dezvoltarea de planuri de dietă personalizate care să răspundă nevoilor nutriționale specifice în boli oncologice; • dezvoltarea de planuri de dietă personalizate care să răspundă nevoilor nutriționale specifice în boli neurologice: AVC, Boala Parkinson, demență; • dezvoltarea de planuri de dietă personalizate care să răspundă nevoilor nutriționale specifice în osteoporoză și sarcopenie; • adaptarea dietei la complicațiile legate de bolile psihiatrice.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Rolul nutriției în susținerea funcțiilor organelor cu comorbidități cronice ale varstnicului	Prezentare power point cu stimularea interactivității prin problematizare/brainstorming	
Impactul macronutrienților (carbohidrați, proteine, grăsimi), micronutrienților (vitamine și minerale) și fibrelor asupra sistemului cardiovascular și digestiv	idem	
Impactul alimentației sanogene asupra funcției cognitive a varstnicului	idem	
Neglijarea alimentară a varstnicului	idem	
Rolul hidratării adecvate adaptate la comorbiditățile cronice	idem	
Piramida alimentației varstnicului	idem	

Managementul integrat al malnutriției vârstnicului	idem	
Malnutritia in bolile digestive cronice, interventii dietetice	idem	
Malnutritia in bolile renale cronice, interventii dietetice	idem	
Malnutritia si casexia in bolile oncologice	idem	
Nutritia deficitara a varstnicului edentat, interventii dietetice	idem	
Insecuritatea alimentara a varstnicului singur	idem	
Rolul colaborarii nutritionistului cu familia si asistentul social.	idem	

Bibliografie:

Guigoz Y, Vellas B. Nutritional assessment in older adults: MNA® 25 years of a screening tool and a reference standard for care and research; what next? **Journal of Nutrition, Health & Aging.** **2021**;25(4):528–583.

Barazzoni R, Jensen GL, Correia MIT, Gonzalez MC, Higashiguchi T, Shi HP, Bischoff SC, Boirie Y, Carrasco F, Cruz-Jentoft A, Fuchs-Tarlovsky V. Guidance for assessment of the muscle mass phenotypic criterion for the Global Leadership Initiative on Malnutrition (GLIM) diagnosis of malnutrition. **Clinical Nutrition.** **2022**;41(6):1425–1433.

Borkent JW, Schuurman LT, Beelen J, Linschooten JO, Keller HH, Roodenburg AJC, De van der Schueren MAE. What do screening tools measure? Lessons learned from SCREEN II and SNAQ(65). **Clinical Nutrition ESPEN.** **2020**;38:172–177.

ESPEN Guideline on Clinical Nutrition and Hydration in Geriatrics: Volkert D, Beck AM, Cederholm T, Cruz-Jentoft A, Goisser S, Hooper L, Kiesswetter E, Maggio M, Raynaud-Simon A, Sieber CC, Sobotka L, van Asselt D, Wirth R, Bischoff SC. ESPEN guideline on clinical nutrition and hydration in geriatrics. **Clin Nutr.** **2019**;38:10-47.

Power L, de van der Schueren MAE, Leij-Halfwerk S, Bauer J, Clarke M, Visser M, Volkert D, Bardon L, Gibney E, Corish CA. MaNuEL Consortium. Development and application of a scoring system to rate malnutrition screening tools used in older adults in community and healthcare settings—A MaNuEL study. **Clinical Nutrition.** **2019**;38(4):1807–1819.

Power L, Mullally D, Gibney ER, Clarke M, Visser M, Volkert D, Bardon L, de van der Schueren MAE, Corish CA. MaNuEL Consortium. A review of the validity of malnutrition screening tools used in older adults in community and healthcare settings—A MaNuEL study. **Clinical Nutrition ESPEN.** **2018**;24:1–13.

A. GHEMIGIAN, I. POPESCU, E. PETROVA, N. DUMITRU, C. DUMITRACHE. Nutriția vârstnicului. Practica medicală, **2014**, vol. IX, nr. 1(33): 40-48.

American Heart Association dec.2024. The changing nutritional needs of older adults and how to meet them.

<https://www.heart.org/en/news/2024/12/18/the-changing-nutritional-needs-of-older-adults-and-how-to-meet-them>

Brownie, S (2006). Why are elderly individuals at risk of nutritional deficiency? Journal of Nursing Practice. 2, 115.

de Groot, et. al. (2005). Psychological Problems in the Elderly. <http://download.springer.com>

Dutch Malnutrition Steering Group (2015). <http://www.fightmalnutrition.eu/fightmalnutrition/contact/>

Ferry, M, Mischlich, D., Alix, E., Brocker, P., Constans, T., Lesourd, B., Pfitzenmeyer, P., Vellas, B. (2012) Nutrition de la personne agée (4). France: Elsevier Masson.

Goldman, A., McKay, B., Mojet, J., Kremer, S. (2014). Meeting the needs of the elderly. Implications for food design. Health for all: Understanding the aging process conference, 1 October 2014, Bologna. Hickson, M. (2006). Malnutrition and ageing. Postgrad Med J. 2006 Jan; 82(963): 2–8.

Nordic Nutrition Recommendations (2012). Integrating nutrition and physical activity.

<https://www.norden.org/en/theme/nordic-nutrition-recommendation/nordic-nutrition-recommendations-2012>.

Sobotka, L., Chermesh, I., Hartman, C., Meier, R. (2011). Malnutrition and Nutrition-Therapy: Our Neglected Responsibility. Gastroenterol Res Pract. 2011; 2011: 842085.

Van Dyk, K., Sano, M. (2007). The Impact of Nutrition on Cognition in the Elderly. Neurochem Res 2007, (32):893-904.

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
Cele 5 domenii ale Evaluării statusului nutrițional al varstnicului.	Prezentari de cazuri clinice, evaluare nutrițională, chestionare, indici dietetici, elaborare plan dietetic	
Instrument clinic validat pentru determinarea riscului nutrițional: Mini Nutritional Assessment Short-Form (MNA®-SF).	idem	
Screeningul malnutritiei protein-calorice a varstnicului	idem	
Planuri alimentare în insuficiența cardiacă	idem	
Dieta în insuficiența renală cronică	idem	
Dieta în BPOC decompensat.	idem	
Dieta în DZ tip 2 dezechilibrat al varstnicului	idem	
Evaluarea cauzelor de modificări insidioase/treptate, neintenționate și semnificative ale greutății varstnicului	idem	
Osteoporoza: prevenție, intervenții dietetice	idem	
Sarcopenia: prevenție, intervenții dietetice	idem	
Bibliografie: Dwyer JT, Gahche JJ, Weiler M, Arensberg MB. Screening Community-Living Older Adults for Protein Energy Malnutrition and Frailty: Update and Next Steps. J Community Health. 2020 Jun;45(3):640-660. doi: 10.1007/s10900-019-00739-1. Vellas B, Villars H, Abellan G, et al. Overview of the MNA® - Its History and Challenges. <i>J Nutr Health Aging</i> 2006;10:456-465. Rubenstein LZ, Harker JO, Salva A, Guigoz Y, Vellas B. Screening for Undernutrition in Geriatric Practice: Developing the Short-Form Mini Nutritional Assessment (MNA-SF). <i>J. Gerontol</i> 2001;56A: M366-377. Guigoz Y. The Mini-Nutritional Assessment (MNA®) Review of the Literature - What does it tell us? <i>J Nutr Health Aging</i> 2006; 10:466-487. Kaiser MJ, Bauer JM, Ramsch C, et al. Validation of the Mini Nutritional Assessment Short-Form (MNA®-SF): A practical tool for identification of nutritional status. <i>J Nutr Health Aging</i> 2009; 13:782-788. https://www.hhs.texas.gov/sites/default/files/documents/five-domains-of-nutrition-assessment.pdf		

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

• Conținutul cursului este similar cursurilor din alte universități europene și din USA • Informație upgradată la zi, adaptată nivelului de pregătire • Activitățile desfășurate cu studenții vor urmări dezvoltarea capacității lor de muncă individuală, dezvoltarea capacității de analiză și sinteză, de interpretare a rezultatelor dar și a capacității de a oferi soluții unor probleme și de a propune ei înșiși planuri de dietă sanogenă. • Tehnicile de laborator abordate sunt cele utilizate uzual în laboratoarele de analize medicale dar și de cercetare biomedicală.
--

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Cunoașterea conținutului informațional	Examen scris	55%

	Capacitatea de a utiliza informația într-un context nou	Examen scris	20%
10.5 Seminar/laborator	Deprinderi de initiere a unui diagnostic dietetic si a unei interventii nutritionale,	• Prezentare de studii de caz cu aplicație clinică. • Prezentarea unui proiect individual	25%
10.6 Standard minim de performanță			
• Cunoașterea a 50% din informația conținută în curs			

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

Nu se aplică

Data completării:
17.11. 2025

Semnătura titularului de curs
Prof Dr. Habil. Florea Mira Lia

Semnătura titularului de seminar
Prof Dr. Habil. Florea Mira Lia

Data avizării în departament:
03.12.2025

Semnătura directorului de departament
Sef lucr.dr Vlad Alexandru Toma