D I S C I P L I N A Nutriție și Alimentație B352DOD08

STRUCTURA

Programul de studii	LICENȚĂ
Anul de studii	II
Semestrul	I
Regimul disciplinei	D
Forma de examen	VP
Numărul total de ore pe săptămână	Curs - 2 ore; L/S/P-2 ore
Numărul total de ore conform planului de învățământ	Curs - 28 ore; L/S/P-28 ore
Numărul de credite transferabile	**4**

OBIECTIVELE DISCIPLINEI

Obiectiv general: Însuşirea de către studenţi a elementelor de bază teoretice şi utilizarea conceptelor de bază din ştiinţa alimentelor referitoare la compoziție, rol funcțional și importanță în alimentație.

Obiective specifice:

Dezvoltarea interesului pentru înţelegerea importanţei notiunilor si principiile de baza ale nutritiei umane şi a calităţilor nutriţionale ale alimentelor în asigurarea stării de sănătate a populaţiei.

Cunoaşterea şi înțelegerea rolului educației nutriționale în alimentație.

Calculul şi interpretarea valorii nutritive și a valorii energetice a produselor alimentare.

Cunoașterea factorilor intrinseci și extrinseci care influentează valorea nutritivă a produselor alimentare.

Cunoașterea efectului tehnologiilor de prelucrare asupra calităţilor nutriţionale ale alimentelor.

COMPETENŢE SPECIFICE ACUMULATE

- studiaza teme
- colecteaza date experimentale
- analizeaza date experimentale de laborator
- prezinta rezultatele analizelor
- identifica factorii care determina modificari ale alimentelor

REZULTATELE ÎNVĂȚĂRII:

Studentul:	
Cunoștințe	Studentul/absolventul identifică conceptele, teoriile şi metodele de bază ale nutritiei, alimentatiei chimiei, microbiologiei, biochimiei. Studentul/absolventul cunoaște definitia si rolul functional al: macro si micro nutrientilor, valorii energetice, valorii nutritive ale alimentelor Studentul/absolventul cunoaște rolul nutritional al diferitelor categorii de alimente
Aptitudini	Studentul/absolventul utilizează fundamentele teoretice ale nutritiei si alimentatiei în vederea imbunatatirii starii de sanatate. Studentul/absolventul poate dezvolta si caracteriza o ratie alimentara.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/absolventul adaptează bazele teoretice, conceptele şi metodele însușite în vederea dezvoltarii unui studiu de caz. Studentul/absolventul coordonează activități de analiza si prezentare a unui studiu de caz.

CONȚINUTUL DISCIPLINEI*

CURS
Capitolul I - Introducere. Obiectul cursului, terminologie, definiţii. Bibliografie recomandată.
Capitolul II - Probleme actuale ale alimentaţiei. Importanţa educației nutriționale.
Capitolul III - Compoziția produselor alimentare. Conținutul și importanța macronutrienților și micronutrienților în alimentație. Calitatea nutrițională a produselor alimentare.
Capitolul IV - Valoarea energetică a produselor alimentare, mod de calcul. Factori de influenţă asupra necesarului total de energie, norme privind necesarul de energie. Bilant energetic.
Capitolul V - Substanțe antinutritive naturale prezente în produsele alimentare. Valoarea nutritivă a alimentelor, mod de calcul.
Capitolul VI - Factorii care influențează valoarea nutritivă a produselor alimentare.

Capitolul VII - Influența prelucrării tehnologice asupra valorii nutritive.
Capitolul VIII - Valoarea nutritivă a principalelor grupe de produse alimentare.

**Se vor specifica pe scurt conținutul disciplinei la curs si Lucrări practice L/S/P (denumire capitol și conținut capitol)*

LUCRĂRI PRACTICE L/S/P
Capitolul I - Definiţii. Noţiuni generale. Stabilirea temelor de proiect.
Capitolul II - Compozitia unor produse alimentare. Continut in macronutrienti si micronutrienti (mod de exprimare si exemplificare pe diferite categorii de produse alimentare).
Capitolul III - Valoarea energetica a produselor alimentare - mod de cacul si exemplificare pe diferite categorii de produse alimentare. Utilizarea bazelor de date nutritionale.
Capitolul IV - Valoarea nutritiva a produselor alimentare, VN10 - mod de cacul si exemplificare pe diferite categorii de produse alimentare. Utilizarea bazelor de date nutriționale.
Capitolul V - Stabilirea necesarul energetic in functie de factorii de influenta si relatia cu meniurile stabilite.
Capitolul VI - Studiu de caz: Aplicarea cunoștințelor acumulate prin dezvoltarea unor meniuri cu caracteristici prestabilite (personalizate): necesarul de kcal/zi; numarul de mese (3+2); activitatea fizica
Capitolul VII - Analiza si evaluarea soluțiilor propuse de studenți

BIBLIOGRAFIE

1. Mitelut A.C., 2022, Principii de bază în alimentație și nutriție, Editura Printech, Bucureşti, ISBN 978-606-23-1416-3, 221 pg.
2. Croitoru Cătălina, Ciobanu Elena, 2019. GHID DE BUNE PRACTICI: Alimentaţie raţională, siguranţa alimentelor şi schimbarea comportamentului alimentar, Agenția Universitară Francofonă Universitatea de Stat de Medicină şi Farmacie „Nicolae Testemiţanu", Chisinau https://library.usmf.md/sites/default/files/2019-06/ghid_nutritie_romana_CIP_electronic.pdf
3. Handbook of Nutritive Value of Processed Food: Volume 1: Food for Human Use, CRC Press, August 2019
4. An Introduction to Nutrition, 2012, https://open.umn.edu/opentextbooks/textbooks/an-introduction-to-nutrition
5. Constantin Banu, 2009, Alimentație pentru sănătate, Ed. ASAB, Bucuresti
6. Amalia Mitelut, Petru Niculita, Gabriela Nedita, Mona Popa s.a. , 2007, Siguranta alimentara si analiza senzoriala, Ed. Printech, Bucuresti
7. Segal, R., 2002, Principiile nutriţiei, Ed. Academica, Galaţi

EVALUARE

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală %
Curs	Cunoasterea si intelegerea conceptelor, teoriilor si principiilor de baza ale nutritiei umane.	Examen scris	60%
L/P/S	Evaluarea abilitatilor studentilor de a-si insusi terminologia specifica si de a realiza dezvoltarea unor ratii alimentare dupa criterii prestabilite. Sustinere studiu de caz. .	Realizare si prezentare studiu de caz	40%