D I S C I P L I N A Securitate Alimentară și Sănătate B401DOS09

STRUCTURA

Programul de studii	Master
Anul de studii	I
Semestrul	II
Regimul disciplinei	DS
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-14 ore
Numărul de credite transferabile	**7**

OBIECTIVELE DISCIPLINEI

Obiectiv general: Valorificarea cunoştinţelor şi metodelor care permit aprofundarea noţiunilor avansate de nutriţie umană si a legaturii dintre sanatate si stilul de viata. Intelegerea importantei educatiei nutritionale in cresterea calitatii vietii**.** Dezvoltarea capacitatii de documentare, de sinteza si prezentare a unui subiect propus.

Obiective specifice:

Se urmăreşte sensibilizarea viitorilor practicieni asupra problemelor legate de securitatea și siguranța alimentară, asupra legăturii directe dintre acestea și starea de sănătate a populației, si asupra necesității adoptării unui stil de viață și alimentație în conformitate cu principiile și tendințele actuale, fundamentate științific.

COMPETENŢE SPECIFICE ACUMULATE

- evaluează caracteristicile nutriționale ale alimentelor
- identifica factorii care determina modificari ale alimentelor
- aplică metode științifice
- studiaza teme
- colecteaza date experimentale
- analizeaza date experimentale
- prezinta rezultatele analizelor

REZULTATELE ÎNVĂȚĂRII:

Studentul:	
Cunoștințe	Studentul/absolventul identifică conceptele, teoriile şi metodele de bază ale chimiei, microbiologiei, biochimiei, nutriției, alimentației, securității și siguranței alimentare. Studentul/absolventul cunoaște definitia si rolul functional al: macro si micro nutrientilor, valorii energetice, valorii nutritive ale alimentelor, securității alimentare Studentul/absolventul cunoaște rolul nutritional al diferitelor categorii de alimente și importanța alimentației în asigurarea stării de sănătate.
Aptitudini	Studentul/absolventul utilizează fundamentele teoretice ale nutritiei și alimentației în vederea îmbunătățirii stării de sănătate. Studentul/absolventul poate dezvolta și caracteriza o rație alimentară în funcție de anumite cerințe specifice.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/absolventul adaptează bazele teoretice, conceptele şi metodele însuşite în vederea dezvoltarii unui studiu de caz. Studentul/absolventul coordonează activități de analiză și prezentare a unui studiu de caz.

CONȚINUTUL DISCIPLINEI*

CURS
Capitolul I - Alimentaţia şi sănătatea - noţiuni introductive.
Capitolul II - Factorii care influenteaza starea de sanatate a oamenilor, la nivel European
Capitolul III - Siguranta si securitatea alimentara
Capitolul IV - Compozitia alimentelor. Valoare nutritiva. Valoare energetica.

Capitolul V - Necesarul de proteine, aminoacizi, lipide şi glucide în alimentaţie pe grupe de varste si categorii de activitati. Bilant energetic.
Capitolul VI - Principalele grupe de alimente şi influenţa acestora asupra starii de sanatate
Capitolul VII - Efectul proceselor tehnologice asupra nutrientilor din alimente
Capitolul VIII - Alimentaţia şi bolile cardiovasculare. Alimentaţia şi osteoporoza. Alimentaţia şi obezitatea.
Capitolul IX - Orientări moderne în nutriția umană. Alimente funcționale. Compusi bioactivi din alimente cu efecte benefice pentru sanatate (compusi fenolici vitamine, minerale, resveratrol, acizi grasi polinesaturati, fibre alimentare, peptide bioactive, oligozaharide)

**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 - Analiza unei ratii alimentare impuse, cu ajutorulinform atiilor furnizate de bazele de date informatice - Studii de caz pentru calcul Valorii energetice la diferite categorii de produse alimentare.
Capitolul II - Analiza unei ratii alimentare impuse, cu ajutorul informatiilor furnizate de bazele de date informatice - Studii de caz pentru calcul Valorii nutritive pentru diferite categorii de produse alimentare.
Capitolul III - Principii de baza pentru realizarea unor meniuri zilnice care sa acopere necesarul energetic si nutritiv pentru diferite categorii de activitati si subiecti.
Capitolul IV - Construirea unor meniuri cu cerinte impuse, personalizate (teme de proiect)
Capitolul V - Sustinerea temei de proiect – Evaluare finala

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. Amalia Miteluț, Petru Niculiță, Gabriela Nediță, Mona Popa s.a. , 2007. Siguranță alimentară și analiză senzorială
3. Ronald Ross Watson, Ram B. Singh, Toru Takahashi, 2018. The Role of Functional Food Security in Global Health, Academic Press, 792 pages, Technology & Engineering
4. Ion Raluca Andreea, 2017. Securitate și siguranță alimentară, Ed. ASE, București
5. Constantin Banu, Daniela Ianitchi, Sorin Dorin, 2011. Stilul de viață și îmbătrânirea, Ed. ASAB, București
6. Constantin Banu, 2009. Alimentație pentru sănătate, Ed. ASAB, București
7. Baze de date electronice: - www.nutritiondata.self.com; www.caloriecount.about.com; www.nutridb.org

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. Intelegerea legaturilor dintre starea de sanatate si alimentatie.	Examen scris	60%
L/P/S	Intelegerea si cunoasterea modului de calcul al notiunilor de baza ca: valoare nutritiva, valoare energetica.	Realizare si prezentare studiu de caz	40%