

Nutriție umană

Denumirea disciplinei	NUTRIȚIA ÎN CICLUL DE VIAȚĂ
Tipul	Obligatorie
Anul de studii	II
Componenta	De specialitate
Titularul de curs	Cazacu-Stratu Angela, Cebanu Elena
Locația	str. Nicoale Testemițanu 26/2. Blocul 6
Condiționări și exigențe prealabile de:	<p>Pentru a studia în profunzime disciplina „Nutriția în ciclul de viață” în perspectiva rezolvării diverselor probleme la capitolul respectiv studentul masterand trebuie mai întâi să aibă anumite cunoștințe și să posede deja unele dexterități practice. Ca o condiție prealabilă pentru însușirea acestei discilini servește studierea de către studenții masteranzi a disciplinelor general-teoretice (fizica medicală și biologică, chimia neorganică și bioorganică), a disciplinelor medicale fundamentale (anatomia, biochimia, fiziologia, microbiologia), bazelor disciplinelor clinice și, de asemenea, a cursului de propedeutică igienică (igiena generală), a disciplinelor clinice (terapia, gastroenterologia, pediatria, geriatria, cardiologia, endocrinologia, oncologia, reumatologia, urologia etc.).</p> <p>Competențe: digitale elementare (utilizarea internetului, procesarea documentelor, utilizarea redactorilor de text, tabele electronice și aplicațiilor pentru prezentări), abilităților de comunicare și lucru în echipă.</p>
Misiunea disciplinei	De a oferi studenților masteranzi cunoștințe cu referire la modul în care alimentația influențează starea de sănătate a organismului, modalitățile de evaluare a comportamentului alimentar, respectiv conținutul recomandărilor referitoare la ce înseamnă alimentația sănătoasă pentru copiii, tineri, adulți și bătrâni. Oferirea suportului teoretic și practic necesar în elaborarea programelor nutriționale corelate cu starea de sănătate sau de boală. Pregătirea specialiștilor competitivi pe piața muncii, cu abilități profesionale deosebite.
Tematica prezentată	Nutriția în ciclul de viață. Abordări contemporane ale nutriției umane. Principiile monitorizării contemporane. Rolul nutriției în creșterea și dezvoltarea sugarului. Nutriția sugarului. Alăptarea. Laptele matern și înlocuitorii laptelui matern. Nutriția copiilor și adolescenților. Obiceiurile alimentare ale copiilor și adolescenților. Influența socio-economică asupra alegerii alimentelor. Piramida alimentară la copii. Nutriția înainte de sarcină și în perioada de alăptare. (masa corporală, nivelul acidului folic, consumul de alcool, dieta etc.). Masa corporală și creșterea masei corporale. Consumul de energie. Aportul de alimente și nutrimente în sarcină (acid folic, fierul, calciul, vitamina D, suplimente etc.). Nutriția postpartum și starea nutrițională.

	<p>Produse alimentare restricționate sau evitate în timpul sarcinii (alcool, cofeină, produse alergogene etc.). Modificări ale masei corporale și obezitatea postpartum.</p> <p>Nutriția persoanelor adulte. Valori dietetice de referință (energie, vitamine, săruri minerale, proteine, lipide, glucide).</p> <p>Nutriția vârstnicilor. Necesarul nutrițional al persoanelor în vârstă (energie, vitamine, săruri minerale, proteine, lipide, glucide, alcool, lichide).</p> <p>Starea nutrițională și aportul alimentar al persoanelor în vârstă. Probleme nutriționale specifice ale vârstnicilor (osteoporoza, anemia, scăderea imunității etc.).</p> <p>Malnutriția la vârstnici. Îmbunătățirea dietei și nutriției la persoanele în vârstă.</p>
Finalități de studiu	<ul style="list-style-type: none"> - să aplice conceptele și teoriile cu referire la nutriție în diverse situații fiziologice sau patologice - să evalueze, analizeze diverse stări nutriționale ale individului și a colectivităților; - să utilizeze tehnici și instrumente specifice de evaluare a calității și siguranței alimentelor pentru fundamentarea de recomandări nutriționale; - să cunoască și să aplice condițiile regimului igienic, antiepidemic și de securitate a muncii; - să elaboreze și să implementeze un complex de activități educaționale pentru promovarea comportamentului nutrițional echilibrat și stilului de viață sănătos a populației; - să recunoască și să corijeze acțiunea efectelor alimentației incorecte asupra stării de sănătate; - să cunoască și să aplice legislația și regulamentele naționale și internaționale în nutriția umană
Manopere practice achiziționate	<ul style="list-style-type: none"> • evaluarea alimentației reale a unei persoane, • realizarea unui program nutritional adecvat, • elaborarea panului și recomandărilor pentru a modifica obiceiurile alimentare nesănătoase, • aprecierea importanței pentru sănătate a alimentelor incluse în meniul unei persoane, • elaborarea recomandărilor privind includerea sau excluderea anumitor alimente în rația alimentară a unei persoane în funcție de perioada de vârstă, • elaborarea recomandărilor pentru un stil de viață sănătos la diverse grupuri de populație
Forma de evaluare	Examen

