

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai
1.2 Facultatea	Biologie și Geologie
1.3 Departamentul	Biologie Moleculară și Biotehnologie
1.4 Domeniul de studii	Biologie
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studiu / Calificarea	Biologie, Biochimie/Licențiat în biologie

### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>BLR1107 Educație pentru sănătate</b>						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. dr. Beatrice Kelemen						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf. dr. Beatrice Kelemen						
2.4 Anul de studiu	II	2.5 Semestrul	3	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	DC

### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	Din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/ <b>laborator</b>	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	70	Din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/ <b>laborator</b>	14
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					9
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					5
Tutoriat					2
Examinări					2
Alte activități: .....					x
3.7 Total ore studiu individual	28				
3.8 Total ore pe semestru	70				
3.9 Numărul de credite	3				

### 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none"> <li>Citologie, Histologie și embriologie animală, Biologie celulară și moleculară, Genetică generală și populațională, Microbiologie generală</li> </ul>
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> <li>Întocmirea și prezentarea referatelor bibliografice</li> <li>Discutarea critică a informației științifice</li> </ul>

### 5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suport logistic video</li> </ul>
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participarea la minim 90% din lucrările de laborator este condiție pentru participarea la examen</li> <li>Redactarea unui referat/proiect scris (după modelul unui articol științific tip <i>review</i>), conceput pe o temă specifică și susținerea sa pe baza unei prezentări tip PowerPoint este condiție obligatorie pentru participarea la examen</li> </ul>

### 6. Competențele specifice acumulate

<b>Competențe profesionale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>cunoașterea și înțelegerea principiilor generale de organizare ale corpului uman.</li> <li>explicarea și interpretarea organizării structurale a corpului uman în raport cu rolul funcțional.</li> <li>cunoașterea și înțelegerea principiilor teoretice pentru cele mai importante materiale și metode utilizate în domeniul anatomiei umane.</li> <li>capacitatea de documentare, pregătire și prezentare a informației științifice specifice disciplinei la standarde academice.</li> </ul>
--------------------------------	---

<b>Competențe transversale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• dezvoltarea capacității de a integra noțiunile de citologie, histologie și genetică în vederea utilizării lor pentru înțelegerea noțiunilor specifice disciplinei de Educație pentru sănătate.</li> <li>• capacitatea de accesare și utilizare a resurselor informaționale (internet, baze de date, programe specifice), atât în limba română, cât și în limba engleză.</li> <li>• utilizarea noțiunilor în contexte noi.</li> <li>• utilizarea noțiunilor teoretice în rezolvarea problemelor practice.</li> <li>• realizarea responsabilă și eficientă a sarcinilor aferente profesiei și respectarea principiilor de etică profesională.</li> </ul>
--------------------------------	---

### 7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<b>Crearea unei gândiri profilactice necesare rezolvării problemelor de sănătate la om. Determinarea modificărilor apărute în sănătatea omului survenite ca urmare a interacțiunii dintre organism - factorii de mediu – condițiile de munca și viață.</b>
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cunoașterea și înțelegerea mecanismului de acțiune a factorilor din mediului înconjurător asupra sănătății;</li> <li>• Cunoașterea și înțelegerea măsurilor de optimizare ale mediului ambiant, în vederea menținerii sănătății populației;</li> <li>• Utilizarea noțiunilor privind procesele fiziologice studiate în înțelegerea complexității reacțiilor adaptive individuale și în anumite condiții de igienă și de viață complexe;</li> <li>• Cunoașterea măsurilor de profilaxie pentru preîntâmpinarea diverselor îmbolnăviri ;</li> <li>• Prevenirea și controlul îmbolnăvirilor în vederea menținerii stării de sănătății în populație.</li> </ul>

### 8. Conținuturi

8.1 Curs		Metode de predare	Observații
1	<b>Educația pentru sănătate – definiții și obiectul de studii. Corelații cu alte discipline medicale și nemedicale . Principiile normativelor generale.</b>	Prelegere frontală – explicații, discuții pe baza documentării individuale din materialul indicat	
2	<b>Alimentația rațională. Valoarea energetică a rației alimentare. Necesitățile nutriționale și aporturile recomandate în funcție vârsta și profesie. Nutriția echilibrată.</b>	Prelegere frontală – explicații, discuții pe baza documentării individuale din materialul indicat	
3	<b>Obezitate și riscurile sale. Hiper și hipolipemia la risc de îmbolnăvire. Hipo calcemiile și hipomagnezemiile în populație și măsurile lor de prevenire.</b>	Prelegere frontală – explicații, discuții pe baza documentării individuale din materialul indicat	
4	<b>Fumatul ca factor de risc în populație.</b>	Prelegere frontală – explicații, discuții pe baza documentării individuale din materialul indicat	
5	<b>Consumul de alcool și riscul apariției unor patologii datorate lui.</b>	Prelegere frontală – explicații, discuții pe baza documentării individuale din materialul indicat	
6	<b>Consumul de droguri și riscul expunerii la ele.</b>	Prelegere frontală – explicații, discuții pe baza documentării individuale din materialul indicat	
7	<b>Cancerile: morbiditate, mortalitate, risc de apariție și măsuri de prevenire.</b>	Prelegere frontală – explicații, discuții pe baza documentării individuale din materialul indicat	
8	<b>Boli sezoniere din arealul nostru geografic: catar respirator, viroze respiratorii, gripa, pneumonii, bronhopneumonii. Interpretarea riscului de expunere la aceste afecțiuni și măsurile de prevenire a acestor patologii.</b>	Prelegere frontală – explicații, discuții pe baza documentării individuale din materialul indicat	
9	<b>Boli sezoniere din arealul nostru geografic: enterite /gastroenterite și BDA . Interpretarea riscului de expunere la îmbolnăviri și măsurile de prevenire ale acestora.</b>	Prelegere frontală – explicații, discuții pe baza documentării individuale din materialul indicat	
10	<b>Tuberculoza și astmul bronșic în populație. Risc și prevenire.</b>	Prelegere frontală – explicații, discuții pe baza documentării individuale din materialul indicat	

11	<b>Patologia vârstnicului și modificările comportamentale după înaintarea în vârstă. Ateroscleroza și B. Alzheimer . Risc și prevenire.</b>	Prelegere frontală – explicații, discuții pe baza documentării individuale din materialul indicat	
12	<b>Bolile cu transmitere sexuală . Măsuri de prevenire.</b>	Prelegere frontală – explicații, discuții pe baza documentării individuale din materialul indicat	
13	<b>Stressul în populație și riscurile sale. Activitatea fizică și rolul său în prevenirea îmbolnăvirilor.</b>	Prelegere frontală – explicații, discuții pe baza documentării individuale din materialul indicat	
14	<b>Recapitularea noțiunilor. Familiarizarea cu tipurile întrebărilor de examen</b>	Recapitulare în sistem „open book” cu ajutorul platformelor de testare (MSTeams, Socrative etc.)	

Bibliografie obligatorie:

1. Deac, L.M, Educație pentru sănătate în acces general, Ed. Dacia , Cluj-Napoca, 2010.
2. Bucur, G.E, Educația pentru sănătate în familie și în școală – Ed. Fiat Lux, 2005.

<b>8.2 Laborator</b>			
1	Principiile redactării unei lucrări/ prezentări cu valoare educativă în populație. Reglementările legislative, cerințele igienice internaționale.	Lucrări practice individuale	
2	Reglementările legislative și cerințele igienice internaționale în uz, în vederea prevenirii îmbolnăvirilor cu risc crescut în populație.	Lucrări practice individuale	
3	Analiza rației alimentare. Calcularea indicelui de masă corporală și interpretarea lui. Expertiza sanitară a principalelor produse alimentare.	Lucrări practice individuale	
4	Evaluarea riscului de îmbolnăvire în populații.	Lucrări practice individuale	
5	Aprecierea măsurilor de prevenire a apariției bolilor.	Lucrări practice individuale	
6	Efectuarea unui plan de măsuri de prevenție în diverse grupe populaționale	Lucrări practice individuale	
7	Metodele de supraveghere a îmbolnăvirilor din unități școlare.	Lucrări practice individuale	
8	Interpretarea corectă a condițiilor igienice: acasă, în unitățile de învățământ și la locul de muncă .	Lucrări practice individuale	
9	Instruirea igienică în diferite colectivități populaționale în vederea păstrării statusului valid de sănătate.	Lucrări practice individuale	
10	Modificările fiziologice din organism, în funcție de gradul de efort fizic și de încordare.	Lucrări practice individuale	
11	Metodele de cercetare și apreciere a dezvoltării fizice în vederea aprecierii corecte a activității fizice raționale	Lucrări practice individuale	
12	Principiile și metodele de protecție la expunerea la risc de îmbolnăvire: abuz alimentar, fumat, expunere la radiații - UV, condiții de viață și muncă inadecvate.	Lucrări practice individuale	
13	Analiza efectivă a rolului educației pentru sănătate în diverse colectivități populaționale.	Lucrări practice individuale	
14	Colocviu laborator	Colocviu laborator	

Bibliografie obligatorie:

1. Deac, L.M, Educație pentru sănătate în acces general, Ed. Dacia , Cluj Napoca, 2010.
2. Bucur, G.E Educația pentru sănătate în familie și în școală – Ed. Fiat Lux, 2005

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

Cursul are un conținut similar cursurilor din alte universități europene și din USA, este cu informație adusă la zi și ține cont de niveluri diferite de pregătire

- Conținutul cursului vizează aspecte practice legate igiena: mediului, aerului, solului , alimentului, igiena colectivităților și a locurilor de muncă
- Prin activitățile desfășurate studenții achiziționează abilități de a oferi soluții unor probleme și de a propune idei de îmbunătățire a situației existente.

### 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	50%
	Capacitatea de a utiliza informația într-un context nou		
10.5 Laborator	Deprinderi de inițiere a unui experiment	Examen scris	50%
	Deprinderi de urmare a unui protocol de laborator		
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cunoașterea a 50% din informația conținută în curs</li> <li>• Cunoașterea a 60% din informația de la laborator</li> </ul>			

Data completării    Semnătura titularului de curs

21.02.2023

Conf. dr. Beatrice Kelemen

Semnătura titularului de lucrări practice

Conf. dr. Beatrice Kelemen

Data avizării în departament

Semnătura directorului de departament

21.02.2023

Conf. Dr. Beatrice Kelemen