

**Fișa unității de curs**  
**Fitoterapia**

|  |  |
|--|--|
| Catedra responsabilă                             | <b>Servicii publice</b>                                    |
| Treapta de studii                                | <b>Studii superioare de licență, ciclul I</b>              |
| Programul de studiu                              | <b>Servicii publice estetologice</b>                       |
| Tipul unității de curs                           | <b>Discipline de orientare spre specialitate, opțional</b> |
| Credite ECTS                                     | <b>4</b>   |
| Numărul orelor de contact / Numărul total de ore | <b>60/120</b>  |
| Forma de evaluare                                | <b>Examen</b>  |
| Anul de studiu / semestrul                       | <b>Anul III, semestrul VI</b>                              |
| Limba de predare                                 | <b>Română, rusă</b>  |

**Conținutul succint al cursului:**

Unitatea de curs Fitoterapia are ca scop dezvoltarea unei înțelegeri avansate asupra rolului plantelor medicinale și al compușilor fitochimici în menținerea, restaurarea și optimizarea funcțiilor pielii. Prin abordarea integrată a principiilor fitoterapiei cu fundamentele dermatologiei și farmacologiei cosmetice, cursul urmărește formarea capacității studenților de a interpreta mecanismele biochimice și fiziologice prin care extractele botanice acționează asupra pielii, anexelor cutanate și proceselor de îmbătrânire. Unitatea își propune să ofere competențe necesare utilizării responsabile și eficiente a plantelor medicinale în formulări cosmetice profesionale, tratamente estetice, terapii complementare și protocoale de îngrijire. Un accent special este plasat pe siguranță, evidențe științifice, farmacotoxicologie și standardele de reglementare aplicabile produselor cosmetice cu ingrediente botanice. Prin studierea fitoterapiei aplicate în cosmetologie, studenții vor dobândi capacitatea de a integra cunoștințele despre compoziția fitochimică, farmacodinamia și farmacocinetica extractelor vegetale în procesul de selecție a ingredientelor cosmetice, adaptate tipurilor de ten, afecțiunilor cutanate și obiectivelor estetice.

**Conținutul succint al cursului:** Introducere în fitoterapie: definiții, istoric și evoluția sistemelor tradiționale de medicină Ayurveda, Medicina Chineză, medicina greco-romană, fitoterapia europeană; tranziția la fitoterapia modernă bazată pe dovezi. Fitocompușii bioactivi: clasificare, farmacodinamică și farmacocinetică. Particularitățile structurale a polifenoli, flavonoide, uleiuri esențiale, alcaloizi, taninuri, mucilagii, saponine; mecanisme biochimice. Plante antiinflamatoare și cicatrizante în dermatologie și cosmetologie. Mușețel, gălbenele, aloe, tătăneasă; mecanisme: inhibarea citokinelor, proliferare celulară, regenerare tisulară. Plante antioxidante și anti-aging: mecanisme celulare și utilizări estetice. Ceai verde, ginkgo, viță roșie, centella asiatica; inhibarea metaloproteinazelor, protecția colagenului și elastinei. Plante antimicrobiene și antisepice în tratamentele cosmetice. Arbore de ceai, lavandă, cimbru, salvie; protocoale anti-acnee, anti-mătreață, anti-seboree. Fitoterapia în tratamentul problemelor de pigmentare și uniformizarea tonului pielii. Extracte depigmentante: arbutină, licorice (glabridină), mur picic, vitamina C vegetală; inhibiția tirozinazei. Formule cosmetice fitoterapeutice: componente, stabilitate și rolul extractelor vegetale. Particularități structurale ale serurilor, creme, loțiuni, emulsii O/W și W/O; stabilizatori, excipienți, solubilitate, pH. Aromaterapie profesională: utilizarea uleiurilor esențiale în estetica și terapia pielii. Structură chimică (monoterpenoli, ester, aldehide); indicații, contraindicații, fototoxicitate, protocoale. Fitoterapia în tratamente corporale și wellness. Extracte anticelulitice (cafeină, iederă, castan); împachetări, drenaj limfatic, termoterapie bazată pe plante.

**Finalități de studiu:**

La finalizarea acestui curs, studentul va demonstra următoarele cunoștințe, abilități și competențe:  
Evaluarea corectă a stării pielii utilizând metode de analiză vizuală, instrumentală și anamneză cosmetică, pentru a selecta produse fitoterapice și tehnici adecvate de îngrijire. Integritatea produselor fitoterapice și tehnici naturale de îngrijire în protocoale cosmetice, aplicând principii de siguranță, eficiență și individualizare a tratamentului. Să recomande corect proceduri, produse și scheme fitoterapice personalizate, adaptate tipului de piele și problemelor dermatocosmetologice. Alegerea și justificarea utilizării ingredientelor și tehnicilor fitoterapice pentru îngrijirea la domiciliu, respectând principiile de eficiență, indicații și contraindicații. Să selecteze preparate (fito) pentru elaborarea și realizarea planului individual de prestare a serviciilor de îngrijiri facială / corporală. Să selecteze și să recomande produse fitoterapice pentru îngrijirea feței și corpului, în funcție de tipul pielii, indicațiile dermatocosmetologice și criteriile de siguranță și eficiență.

**Bibliografie:**

1. Cristea, V. Plante medicinale și aromatice. București: Editura Academiei Române, 2003.
2. Evans, W.C. Trease and Evans Pharmacognosy. 16th ed. London: Elsevier, 2009.
3. Mogoșanu, G. Fitoterapie clinică și farmacologie vegetală. București: Editura Medicală Universitară, 2010.
4. Pomela Wartian Smith. Tot ce trebuie să știi despre vitamine, minerale, plante medicinale și multe altele. Cum să alegi nutrienți potriviți pentru tine. Pitești: Paralela 45, 2024.
5. Rudi Beiser. Uleiuri, creme și unguente din plante medicinale. București: Editura Mast, 2021.
6. Tămaș, M. Fitoterapia modernă. Cluj-Napoca: Editura Dacia, 2006.
7. Государственная фармакопея Российской Федерации. Том I–IV. Москва: Минздрав РФ, 2015.
8. Машковский, М.Д. Лекарственные средства. 16-е изд. Москва: Новая волна, 2014.

9. Николаев, С.М. Основы фитотерапии. Санкт-Петербург: СпецЛит, 2010.
10. Самылина, И.А. Фармакогнозия. Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2016.