

ALIMENTAZIONE E NUTRIZIONE UMANA
corso integrato di *Biochimica e Fisiologia*

Codice Disciplina : M0413 Codice Corso integrato : M1142	Settore : BIO/09	N° CFU: 0.50
Docente: Brugnani Mauro	Ore : 14	Corso di Laurea : Ostetricia Anno : I Semestre : II

Obiettivo del modulo

Fornire le basi teoriche per la valutazione delle abitudini alimentari di un individuo attraverso la conoscenza dei principi nutritivi necessari in condizioni fisiologiche e delle indicazioni per una corretta alimentazione. Conoscere i rapporti tra alimentazione e salute e il ruolo dei nutrienti e dell'alimentazione come fattore di rischio o di protezione.

Conoscenze ed abilità attese

Conoscenze di base di Anatomia, Fisiologia, Chimica e Biochimica

Programma del corso

I nutrienti: proteine, glucidi, lipidi, vitamine, minerali e acqua; definizione, funzioni, fabbisogni e fonti alimentari; la fibra alimentare.

Il metabolismo energetico: definizione, il dispendio e il fabbisogno energetico.

La nutrizione adeguata: apporti nutrizionali consigliati, linee guida per una corretta alimentazione.

Alimentazione e salute: rapporti tra alimentazione e patologie da carenza e da eccesso.

Esercitazioni

Valutazione degli apporti alimentari di un individuo e della qualità di un regime alimentare.
Valutazione del dispendio energetico di un individuo.

Attività a scelta dello studente

non previste

Supporti alla didattica in uso alla docenza

Videoproiettore e computer con collegamento internet in dotazione all'aula

Strumenti didattici

Presentazioni in formato MS-Power Point

Materiali di consumo previsti

Agli studenti verrà consegnata una copia in CD-ROM delle immagini proiettate.

Eventuale bibliografia

Arienti: Le basi molecolari della nutrizione. Piccin, 2003

Tomassi, Cannella, Mariani Costantini: Fondamenti di Nutrizione Umana. Pensiero Scientifico, 2000

Verifica dell'apprendimento

L'esame si compone di una prova scritta con domande a scelta multipla sugli argomenti svolti.