

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

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