



# UNIVERSITÀ DI PAVIA

Anno Accademico 2019/2020

## NUTRIZIONE ED ALIMENTAZIONE UMANA

<b>Anno immatricolazione</b>	2017/2018
<b>Anno offerta</b>	2019/2020
<b>Normativa</b>	DM270
<b>SSD</b>	MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)
<b>Dipartimento</b>	DIPARTIMENTO DI SANITA' PUBBLICA, MEDICINA SPERIMENTALE E FORENSE
<b>Corso di studio</b>	SCIENZE MOTORIE
<b>Curriculum</b>	PERCORSO COMUNE
<b>Anno di corso</b>	3°
<b>Periodo didattico</b>	
<b>Crediti</b>	3
<b>Ore</b>	24 ore di attività frontale
<b>Lingua insegnamento</b>	
<b>Tipo esame</b>	SCRITTO E ORALE CONGIUNTI
<b>Docente</b>	TAGLIABUE ANNA (titolare) - 3 CFU
<b>Prerequisiti</b>	=
<b>Obiettivi formativi</b>	=
<b>Programma e contenuti</b>	<p>Fabbisogno energetico Fabbisogno e dispendio. Componenti del dispendio energetico Valutazione del dispendio energetico quotidiano. Proteine. Generalità e classificazione. Valore biologico delle proteine. Fonti e fabbisogno</p> <p>Glucidi. Generalità e distribuzione in natura. Indice glicemico. Fonti e fabbisogno; fibra alimentare</p> <p>Lipidi. Generalità e classificazione. Gli acidi grassi essenziali. Fonti e fabbisogno e effetti metabolici acidi grassi</p> <p>Acqua. Generalità, bilancio idrico e fabbisogno</p> <p>Minerali. Macroelementi, Oligoelementi</p> <p>Vitamine. Nozioni generali e classificazione delle vitamine. Le vitamine</p>

	liposolubili. Le vitamine idrosolubili. Gruppi di alimenti e porzioni Linee guida Valutazione dello stato di nutrizione. Generalita'. Indagini alimentari. Antropometria. Composizione corporea Alimentazione nello sport
<b>Metodi didattici</b>	=
<b>Testi di riferimento</b>	=
<b>Modalità verifica apprendimento</b>	Orale + scritto
<b>Altre informazioni</b>	Orale + scritto
<b>Obiettivi Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile</b>	<a href="#">\$IbI legenda sviluppo sostenibile</a>