



UNIVERSITÀ DI PAVIA

Anno Accademico 2019/2020

NUTRIZIONE ED ALIMENTAZIONE UMANA

Anno immatricolazione	2017/2018
Anno offerta	2019/2020
Normativa	DM270
SSD	MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)
Dipartimento	DIPARTIMENTO DI SANITA' PUBBLICA, MEDICINA SPERIMENTALE E FORENSE
Corso di studio	SCIENZE MOTORIE
Curriculum	PERCORSO COMUNE
Anno di corso	3°
Periodo didattico	
Crediti	3
Ore	24 ore di attività frontale
Lingua insegnamento	
Tipo esame	SCRITTO E ORALE CONGIUNTI
Docente	TAGLIABUE ANNA (titolare) - 3 CFU
Prerequisiti	=
Obiettivi formativi	=
Programma e contenuti	<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
Metodi didattici	=
Testi di riferimento	=
Modalità verifica apprendimento	Orale + scritto
Altre informazioni	Orale + scritto
Obiettivi Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile	\$1b1 legenda sviluppo sostenibile