

10. Valutazione dei bisogni nutritivi ed energetici dell'uomo.

- Principi base di scienza dell'alimentazione e principale ruolo degli alimenti nella nutrizione umana.
- Definizione dei fabbisogni di energia e nutrienti.
- Ruolo fisiologico dei macro e micro nutrienti.
- Ruolo preventivo della alimentazione.

Testi

L'esame di stato per biologi, Manuale Completo. F. Pastoni, S Sartoris, V edizione, EdiSES edizioni.

Linee Guida per una sana alimentazione, Revisione 2018 disponibili su:

<https://www.crea.gov.it/web/alimenti-e-nutrizione/-/linee-guida-per-una-sana-alimentazione-2018>