

FIZJOLOGIA ŻYWIENIA- kierunek FARMACJA
zagadnienia wstępne – wiedza wymagana od studentów
przed przystąpieniem do zajęć(na wejściówkę)

1. Czynniki wpływające na stan zdrowia populacji.
2. BMI – wzór, wartości norm.
3. Podział składników odżywczych.
4. Kaloria – definicja.
5. Równoważniki energetyczne – fizjologiczne i biologiczne.
6. PPM i CPM – definicje, wartość średnia
7. Rola składników odżywczych – białka, tłuszcze i węglowodany.
8. Witaminy – nazewnictwo, funkcje, objawy niedoborów, źródła pokarmowe.
9. Składniki mineralne (Na, K, Ca, Mg, Fe) – zapotrzebowanie. Definicje makro i mikroelementów.
10. Probiotyki i prebiotyki – definicje, przykłady.
11. Zaburzenia żywienia – otyłość (rodzaje, ryzyko chorób – jakich?), niedożywienie (przyczyny, skutki), anoreksja, bulimia i ortoreksja – definicje.

Polecane podręczniki:

Krauss H., Sosnowski P. (red.) Podstawy fizjologii człowieka. Wydawnictwo UM im. K. Marcinkowskiego w Poznaniu, 2009.

Fizjologia William, F. Ganong, Wydawnictwo Lekarskie PZWL 2007

Fizjologia człowieka, Stanisław J. Konturek

dr n. med. Magdalena Warchoł