

### Professor que imparteix l'assignatura i responsable de la mateixa

Dra. Amparo Galán

Professora associada

### I) Programa teòric.

1. Introducció. Alimentació i nutrició. Dietètica. Bromatologia. Tecnologia dels aliments. Geopolítica de la fam. Paleonutrició. Factors ètnics i religiosos de l'alimentació. Nutrició i sexualitat.
2. Concepte d'aliment i de nutrient. Classificació dels aliments. Metabolisme. Nutrició i energia. Definició de Kcal i de Kjou. Valor calòric. Missió plàstica. Missió reguladora.
3. Glúcids simples i complexos. Glucosa, sacarosa, midó, mucoplosacàrids. Importància dels glúcids a la nutrició humana. Fibra dietètica . Classificació. Propietats. Funció.
4. Lípids. Greixos i olis . Lípids complexos. Colesterol. Hipercolesterolèmies. Estudi de diferents tipus d'olis. Oli d'oliva. Olis de llavors. Greixos d'origen animal. Àcids grassos poliinsaturats. EPA i DHA.
5. Proteïnes. Aminoàcids essencials i no essencials. Valors biològics d'una proteïna. Digestibilitat. Proteïnes animals. Proteïnes vegetals. DPC.
6. Vitamines hidrosolubles i liposolubles. Impotència nutritiva. Carències vitamíniques. Macro i micronutrients.
7. Minerals. Descripció dels principals minerals i la seva funció fisiològica. Necessitats diàries d'aigua.
8. Dieta equilibrada. Dieta per a l'adult jove. Dieta per a l'infant. Dieta per a l'adolescent. Dieta per al vell. Nutrició i esport. Nutrició, embaràs i lactància. Alimentació vegetariana. Alimentació naturista.
9. Estudi de la dieta mediterrània. Oli d'oliva. Vi, aspectes positius i negatius. Estudi a set països. Excel·lència.
10. Contingut de substàncies antioxidants en la dieta. Estudi de radicals lliures. Enquestes alimentàries. Substàncies indispensables contingudes als aliments .
11. Concepte de dietes hospitalàries. Dieta postoperatòria. Dieta per a malalties renals. Dieta per a diabètics. Dieta per a malalts terminals.
12. Dieta i aterosclerosi. Importància epidemiològica de grasses saturades. Estudis epidemiològics. Nutrició cardiosaludable i no cardiosaludable.
13. Sobrepès i obesitat. Anorèxia i bulímia. Existeix la dieta ideal? Dejà. Malnutrició.
14. Tecnologia dels aliments. Conservació, Refrigeració. Pasteurització. Enllaunament. Additius alimentaris. Al·lèrgies alimentàries.
15. Substàncies tòxiques dels aliments: bolets verinosos. Toxicitat per metalls. Selenium. Substàncies biociògenes naturals i artificials. Oxalats. Formatge i IMAO. Biotoxines. Peixos verinosos. Additius. Pesticides. Radioactivitat en aliments. Malalties toxicoinfeccioses. Salmonel·losi. Triquinosi. Malaltia per prions.
16. La cuina com a procés fitoquímic. Modificacions culinàries dels aliments. Desnaturalització proteica. Reacció de Maillard.

## **II) Programa pràctic**

1. Visita a un escorxador.
2. Dietes hipolipidèmiques
3. Dietes per a diabètics
4. Dieta mediterrània
5. Visita a una cuina.
6. Maneig de taules de composició.
7. Nutrició enteral.
8. Nutrició parenteral
9. Visita a una manufactura d' hamburgueses.
10. Codi alimentari espanyol. Classificació de Tremoliers.
1. Importància de la llet a l'alimentació humana. Tipus de llet. Conservació de la llet.