



Kursplan för

## **Grundläggande näringsfysiologi, 7.5 hp**

Nutrition, the nutrients and metabolism, 7.5 credits

Denna kursplan gäller från och med vårterminen 2022.

Observera att kursplanen finns i följande versioner:

HT11 , VT12 , HT15 , HT19 , VT22 , VT24

Kurskod	1QA096
Kursens benämning	Grundläggande näringsfysiologi
Hp	7.5 hp
Utbildningsform	Högskoleutbildning, 2007 års studieordning
Huvudområde	Övriga ämnen
Nivå	Grundnivå, kursens fördjupning kan inte klassificeras
Betygsskala	Underkänd (U), godkänd (G) eller väl godkänd (VG)
Kursansvarig institution	Institutionen för biovetenskaper och näringslära
Beslutande organ	Styrelsen för utbildning
Datum för fastställande	2011-02-10
Reviderad av	Utbildningsnämnden BioNut
Senast reviderad	2021-10-28
Kursplanen gäller från	Vårterminen 2022

### **Särskild behörighet**

60 hp inom hälso- och sjukvård, medicin, naturvetenskap, folkhälsovetenskap eller idrott. Dessutom krävs Svenska B/Svenska 3 och Engelska A/Engelska 6 med lägst betyget godkänd/E.

### **Mål**

Efter avslutad kurs förväntas studenten kunna:

- \* Beskriva makronutrienternas fysiologiska funktion och metabolism.
- \* Förklara energimetabolism och variationer i energibehov beroende på fysisk aktivitets nivå, ålder och kön, samt fysiologiskt- och hälsostatus.
- \* Beskriva mikronutrienterna; deras fysiologiska funktion, biotillgänglighet, upptagningsmekanism, metabolism, utsöndring och lagring, kostkällor samt hur de påverkar hälsostatus.
- \* Beskriva symptom och insjuknande av malnutrition och ange möjliga orsaker.
- \* Redogöra för näringsrekommendationerna, deras bakgrund och användningsområden.

### **Innehåll**

Kursens huvudtema undervisas i form av inspelade föreläsningar följt av instuderingsuppgifter och obligatoriska diskussionsuppgifter och examineras genom en skriftlig tentamen. Ämnen som ingår är introduktion till digestionskanalen, metabolism av makro- och mikronutrient, energimetabolism och näringsrekommendationer. Detta integreras med diskussioner om riskgrupper, bristsymptom, kostkällor och tillskott.

## Arbetsformer

Kursen består av inspelade föreläsningar, instuderingsuppgifter och diskussionsuppgifter.

## Examination

Kursen examineras i form av en skriftlig tentamen i slutet av kursen.

Obligatoriskt deltagande:

Diskussionsuppgifter är obligatoriska. Kursledaren bedömer om och i så fall hur frånvaro kan kompenseras.

Begränsning av antal prov- eller praktiktillfällen:

Studenten har rätt att delta i sex provtillfällen. Som provtillfälle räknas de gånger studenten deltagit i ett och samma prov. Inlämning av blank skrivning räknas som provtillfälle. Provtillfälle till vilket studenten anmält sig men inte deltagit räknas inte som provtillfälle.

Om det föreligger särskilda skäl, eller behov av anpassning för student med funktionsnedsättning, får examinator fatta beslut om att frånga kursplanens föreskrifter om examinationsform, antal examinationstillfällen, möjlighet till komplettering eller undantag från obligatoriska utbildningsmoment, mm. Innehåll och lärandemål samt nivån på förväntade färdigheter, kunskaper och förmågor får inte ändras, tas bort eller sänkas.

## Övergångsbestämmelser

I de fall kursen upphör eller genomgår omfattande förändringar har studenten rätt att bli examinerad enligt denna kursplan inom två år.

## Övriga föreskrifter

Undervisningsspråk: svenska.

## Litteratur och övriga läromedel

### *Obligatorisk litteratur*

*Whitney, Eleanor Noss; Rolfes, Sharon Rady*

#### **Understanding nutrition**

14. ed. : Stamford, Conn. : Cengage Learning, cop. 2016 - xxii, 687, [254] s.

ISBN:9781285874340 LIBRIS-ID:17505590

[Sök i biblioteket](#)

#### **Nordic Nutrition Recommendations 2012 : Integrating nutrition and physical activity**

Nordic Council of Ministers, 2014

LIBRIS-ID:16556096

### *Rekommenderad litteratur*

**Näringslära för högskolan**

*Berg, Christina; Ellegård, Lars; Larsson, Christel*

Sjunde upplagan : Stockholm : Liber, [2021] - 494 sidor

ISBN:9789147131075 LIBRIS-ID:kzpg8wbhhtkzbrvs

[Sök i biblioteket](#)