

UES TRANSVERSALES PROPOSÉES

Activités Brest (hors SUAPS et Service Culturel)

Comportement alimentaire

Présentation

Les familles d'aliments. Les nutriments énergétiques et non énergétiques. La régulation du comportement alimentaire. Poids, prise de poids et régimes amaigrissants. Alimentation du sportif.

L'UE est proposée aux Semestres suivants : S3 S4

Evaluation

QCM en présentiel : session 1 et session 2

Horaire : Jeudi 17h00-19h00 Amphi Barbara - Campus Bouguen

2 crédits ECTS

Compétences visées

Connaître les différentes dimensions de l'acte alimentaire, la régulation naturelle du comportement alimentaire. Connaître les effets des régimes amaigrissants sur la santé physique et mentale.