

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 Moodle 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.