

Sommaire :

1. Interdépendance entre nature biochimique et exigence nutritionnelle de l'homme

Introduction générale à la relation entre la composition chimique du corps humain et ses besoins nutritionnels.

2. La complexité de la composition chimique des aliments d'origine animale et végétale

Analyse des différents composants alimentaires, leurs structures et leurs implications nutritionnelles.

3. La composition chimique corporelle de l'homme

Étude des principaux constituants du corps humain (protéines, lipides, glucides, eau...) et leur rôle physiologique.

4. Les protides (protéines) en nutrition humaine

Rôle des acides aminés, synthèse protéique, besoins et métabolisme des protéines.

5. Les glucides en nutrition humaine

Fonctions énergétiques, digestion, absorption et métabolisme des glucides.

6. Les lipides en nutrition humaine

Importance des graisses et des acides gras essentiels, métabolisme lipidique et fonctions biologiques.

7. Les micronutriments en nutrition humaine

Vitamines, minéraux, oligo-éléments : rôles, sources alimentaires et besoins physiologiques.

8. Les déficiences et carences en nutriments : causes et conséquences

Description des insuffisances nutritionnelles, facteurs de risque, effets physiopathologiques.

9. Intégration de la relation nutrition (exogène) – métabolisme (endogène)

Comment l'alimentation externe influence les processus métaboliques internes et réciproquement.

10. Les boissons

Apports hydriques, types de boissons, impact sur l'homéostasie et la physiologie humaine

11. Annexes pédagogiques

QCM (Questions à Choix Multiples)

Questions rédactionnelles

Exercices et questions pour réviser les concepts clés en vue des concours médicaux.