



LUNDS UNIVERSITET

Medicinska fakulteten

Nämnden för rehabiliteringsutbildning, NRU

IDRN08 Human Nutrition

7.5 högskolepoäng

Nivå A1F

Allmänna uppgifter

Huvudområde

Idrottsvetenskap / Sport Sciences

Typ av kurs

Obligatorisk kurs inom masterprogrammet i idrottsvetenskap. Kursen kan också ges som uppdragsutbildning. Kurserna inom programmet skall studeras i den ordning de ges. Kursen följer bestämmelserna enligt Högskoleförordningen (1993:100 med senare tillägg).

Undervisningsspråk

Engelska

Mål

Syftet med kursen är att ge en ökad förståelse och en helhetssyn av human nutrition och metabolism med fokus på hur livsmedlens egenskaper och komponenter i olika råvaror påverkar kroppens funktioner och på så sätt tillgodogöra sig principer för utveckling av "functional foods", dvs livsmedel med ytterligare hälsofrämjande egenskaper i förhållande till vanlig livsmedel eller livsmedel som ökar fysisk prestation.

Kunskap och förståelse

För godkänd kurs skall studenten kunna

- beskriva hur olika faktorer i livsmedel digeras, distribueras och omvandlas i kroppen,
- karakterisera och bedöma näringsinnehåll i olika livsmedel,
- beskriva hur olika komponenter i livsmedel påverkar funktioner i kroppen,
- översiktligt redogöra för regelverket för "functional foods", hälsopåståenden och livsmedelssäkerhet.

Färdighet och förmåga

För godkänd kurs skall studenten kunna

- beskriva och bedöma livsmedels betydelse för kostrelaterade sjukdomar och fysisk prestation,
- tillämpa näringsrekommendationer om dagligt intag av olika ämnen för att beskriva enskilda måltider eller näringsintag under en dag,
- beskriva samband mellan tarmens mikroorganismer, näring och hälsa,
- muntligt och skriftligt redovisa och diskutera hur olika råvaror eller livsmedelsprocesser kan användas för att utveckla "functional foods".

Värderingsförmåga och förhållningssätt

För godkänd kurs skall studenten kunna

- kritiskt analysera och värdera information om näring och hälsa inklusive mervärde av "functional foods",
- visa förmåga till samverkan i grupper med olika sammansättning.

Innehåll

Kursen kommer att bidra till ökad kunskap och förståelse av utvalda ämnesområden inom human nutrition i relation till hälsa och sport, t ex näringsämnen och bioaktiva komponenter i olika livsmedel och deras funktion i kroppen. Undersökning av egna kostvanor. De teoretiska delarna av kursen kompletteras med gruppaktiviteter och individuella uppgifter.

Provmoment

Human nutrition 7,5 hp

Undervisning och examination

Undervisning

Föreläsningar, diskussion av vetenskapliga artiklar, fallstudier och diskussioner i grupp. Experter inom olika områden kommer att bjudas in att hålla föreläsningar. Olika ämnesområden kommer att diskuteras och olika aspekter på "functional foods" kommer att presenteras. Detta innebär aktivt deltagande av studenterna.

Obligatoriska övningar/seminarieuppgifter:

- Kostregistrering (individuell) + seminarium
- "Livsmedel med hälsopåståenden". Diskussion på seminarium.
- "Livsmedel som ökar fysisk prestation" Muntlig presentation, 2-3 studenter per grupp.

Examination

För godkänd kurs krävs godkänd skriftlig tentamen, som omfattar hela kursen, dessutom krävs godkända obligatoriska övningar och ett aktivt deltagande på seminarierna.

Betyg

Betyg sätts på hel kurs. Som betyg används något av uttrycken Väl godkänd, Godkänd eller Underkänd.

Förkunskapskrav

Förutom grundläggande behörighet t ex filosofie kandidatexamen omfattande minst 180 hp eller motsvarande internationell examen, krävs Engelska B eller motsvarande kunskaper. Dessutom krävs godkänt resultat på kurserna IDRNO2, IDRNO3 och IDRNO4

Litteratur

Se bilaga.

Övrigt

Antal examinationer, ny examinerator etc.

Teoretiska kurser

Ett examinationstillfälle och ett nytt examinationstillfälle inom en månad ges. Student som inte blir godkänd vid något av dessa examinationstillfällen ges möjlighet att examineras vid ett senare tillfälle. Student som inte är godkänd på teoretiska kurser har rätt till fyra examinationstillfällen.

Ny examinerator

Student som inte är godkänd efter två examinationstillfällen har rätt att få en ny examinerator, om det inte finns uppenbara skäl att inte bevilja detta (SFS 2006:1053). Ansökan ställs till programdirektören.

Bilaga: Litteratur

IDRN08 Human Nutrition

7.5 högskolepoäng

Nivå A1F

Gibney M.J., Macdonald I.A. and Roche H.M.: *Nutrition & Metabolism*, NS Blackwell Publishing, 2003.
ISBN 0-632-05625-8 (I första hand)

eller

Abrahamsson L., Andersson A., Becker W., and Nilsson G.: *Näringslära för högskolan*, Stockholm: Liber. 2006.

Vetenskapliga artiklar, som läggs ut på hemsidan, tillkommer.