



**LUNDS UNIVERSITET**  
Lunds Tekniska Högskola

*Kursplan för*

## **Human nutrition** **Human Nutrition**

**KNLN01, 7,5 högskolepoäng, A (Avancerad nivå)**

**Gäller för:** Läsåret 2014/15

**Beslutad av:** Utbildningsnämnd C

**Beslutsdatum:** 2014-04-14

### **Allmänna uppgifter**

**Obligatorisk för:** MLIV1

**Alternativobligatorisk för:** MBIO2

**Valfri för:** B4-Im

**Undervisningsspråk:** Kursen ges på engelska

### **Syfte**

Att ge en ökad förståelse och en vetenskapligt baserad helhetssyn på human nutrition och metabolism med fokus på hur livsmedlens egenskaper och komponenter i olika råvaror påverkar kroppens funktioner.

### **Mål**

*Kunskap och förståelse*

För godkänd kurs skall studenten

- kunna beskriva hur livsmedel och dess komponenter omvandlas i olika delar av mag-tarmkanalen
- kunna redogöra för hur upptagna näringsämnen distribueras och omsätts i kroppen
- känna till hur olika faktorer i livsmedel påverkar funktioner i kroppen
- kunna karaktärisera och bedöma näringsinnehåll i olika livsmedel
- känna till de rådande Nordiska näringsrekommendationerna
- beskriva och bedöma livsmedels betydelse för att upprätthålla hälsa genom livet

*Färdighet och förmåga*

För godkänd kurs skall studenten

- genomföra och utvärdera en individuell kostundersökning samt föreslå lämpliga förändringar av kosten för att uppnå rekommenderade intag

- muntligt och skriftligt redogöra för och diskutera aktuell forskning som bedrivs inom ett utvalt område med anknytning till nutrition och hälsa.
- ha förmåga att självständigt och i grupp planera, redovisa och diskutera resultat och slutsatser av praktiska moment och studier av vetenskaplig litteratur

#### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

För godkänd kurs skall studenten

- ha förmåga att kritiskt analysera och värdera information om näring och hälsa
- visa förmåga till lagarbete där olika lagmedlemmar får olika uppdrag som alla ska vägas ihop till en slutlig presentation

### **Kursinnehåll**

- näringsämnen i olika livsmedel och deras funktion i kroppen.
- näringsrekommendationer, översättning av rekommendationer för intag av näringsämnen till konkreta mängder och typ av livsmedel. I kursen ingår undersökning av egna kostvanor.
- olika kostfaktorerers betydelse för normala kroppsfunktioner inklusive särskilda behov i ett livslångt perspektiv.

### **Kursens examination**

**Betygsskala:** TH

**Prestationsbedömning:** Individuella inlämningsuppgifter, muntlig och skriftlig redovisning av gruppuppgift, skriftlig tentamen.

### **Antagningsuppgifter**

**Förutsatta förkunskaper:** KNL026 Fysiologi.

**Begränsat antal platser:** Nej

**Kursen överlappar följande kurser:** KNL031

### **Kurslitteratur**

- Gibney MJ, Lanham-New SA, Cassidy A and Vorster H (Eds): Introduction to Human Nutrition. Wiley-Blackwell, 2009, ISBN: 9781405168076. Tillgänglig som elektronisk bok via LUB.
- Lanham-New SA, Macdonald IA and Roche HM (Eds): Nutrition and metabolism. Wiley-Blackwell, 2011, ISBN: 978140568083. Tillgänglig som elektronisk bok via LUB.
- Abrahamsson L, Andersson A, Becker W och Nilsson G: Näringslära för högskolan. Liber, 2006, ISBN: 91-47-05355-0.
- Vetenskapliga artiklar och elektroniska resurser.

### **Kontaktinfo och övrigt**

**Kursansvarig:** Elin Östman, Elin.Ostman@appliednutrition.lth.se

**Hemsida:** <http://www.foodandnutrition.lth.se>