

Nutrizione

| Approfondimenti | Info |
|--|---|
| Quest'argomento non è collegato ad altri approfondimenti correlati. Si consiglia, in ogni caso, di controllare sempre [l'Indice] degli Approfondimenti | Questa pagina è solo improntata in attesa di completamento da parte dei Collaboratori. Se sei interessato a collaborare attivamente con Extrapedia, leggi come fare [Collabora] |

La Nutrizione è la scienza che interpreta l'interazione di sostanze nutritive e altre sostanze nel cibo in relazione al mantenimento, alla crescita, alla riproduzione, alla salute e alla malattia di un organismo. Include l'assunzione di cibo, l'assorbimento, l'assimilazione, la biosintesi, il catabolismo e l'escrezione.

La dieta di un organismo è ciò che mangia, che è in gran parte determinata dalla disponibilità e appetibilità dei cibi. Per gli esseri umani, una dieta sana include la preparazione di alimenti e metodi di conservazione che preservano i nutrienti dall'ossidazione, dal calore o dalla lisciviazione, e che riducono il rischio di malattie di origine alimentare.

Negli esseri umani, una dieta non salutare può causare malattie legate alla carenza come: cecità, anemia, scorbuto, parto prematuro, aborti e cretinismo,¹⁾ o condizioni nutritive con eccesso di nutrienti come: l'obesità e la sindrome metabolica; e tali comuni malattie sistemiche croniche come malattie cardiovascolari, diabete, e osteoporosi.²⁾

“Qualora alcuni link non funzionassero, si prega di comunicarlo allo Staff - staff@extrapedia.org”

[nutrizione](#), [obesità](#), [anemia](#)

¹⁾

Ellie Whitney e Sharon Rolfes (2013) - *“Understanding Nutrition”* XIII ed

²⁾

Jane Brody (19 marzo 1998) - *“Osteoporosi legata alla carenza di vitamina D”* sul NY Times

From:

<https://extrapedia.org/> - **Extrapedia**

Permanent link:

<https://extrapedia.org/db/nutrizione>

Last update: **13/04/2019 16:06**

