**Nutrition**

**Introduction**

Comme tout les etre vivant ,l’homme ne peut vivre sans manger c’est-à-dire sans sans se procuree les substances nutritive grace a a elle il se consruit et se developer , et enfin se proteger

**Definition**

La nutrition : c’est une descipline qui porte sur la relation de l’etre humainavec la norriture .

Elle represente la carrefoure entre plusieure descipline ( physiologique , biochemie, agronomie, la sociologie ,psychologie) la nutrition est l’ensemble de processuse d’absorbation de utulisation des aliments indisponsable a l’organisme pour assurer son entretien et les besoins en energie .

On distingue 3 approche de nutrition m

La nutrition fondamentale :elle s’interesse ou processus biologique en tourent l’utulisation des nutrement au niveau de cellule et des tissu .

La nutrition preventive elle : elle port sur les besoins nutritive de la personne en bonne sante .

La nutrition clinique :

Elle porte sur les besoins particulier de la personne malade .

**Influence sur la sante**

L’importance des apports nutritive qualitative , quantitive et leur regulariter constituent des paramettre qui foudrez prend en consideration et leur ecart

En quantite : soit une sous nutrition qui est dua insufusance alimentaire ( 50 % de lapopulation mondial suffre de famine) et par des consequence des trouble nutritionel .

Trop riche ou trop abondente qui enjondre des manifestation pathologique

Soitpar sur nutrition caracterise par une seul aliment

Les desiquilibre se caracterise par des apport suffisant en tel nutriment est insuffisante .

L’organisme a besoin de touts les nutriment au meme types pour son fonction si non reagit pas des manifestation pathologique ou maladie carentielles

Ex béribéri =fatigue.

Ses pathologique s’observe chez population qui se norrire essentiellement d’en seul alliments ex le roz chez population asiatique .

**Les besoins alimentaire.**

Dont l’homme doit trouver dans son alimentation quotidienne .

Ce sont les aliment necessaire pour couvrir l’ensemble des besoins .

**Les besoins en energie :**qui correspondent au depense du mantien des fonction vital et la activité.

**Les besoins de matière :**corespondent a l’entretien , la croissance et la repartition des tissu .

Les depense globale de l’organisme represente la somme des depences fix du au mantien de la vie et les depense variable due a l’activite quotidien.

**Les dépense fix sont :**

* Les fonction vital : egal al’activite renal , resperatoire , cardiaque .
* Production de la chaleur : il est necessaire pour maintenir la temperature de l’organisme constant 37(thermo regulation )