

Principi nutritivi

L'organismo umano è composto
 per il 50% circa di acqua circa
 per il 70% circa di acqua circa
 per il 20% circa di acqua circa
 per il 30% circa di acqua circa

È una vitamina liposolubile
 vitamina E
 vitamina C
 vitamina B2
 vitamina PP

Eijkman credeva che il beriberi fosse causato
 da una carenza alimentare
 da una sostanza tossica
 da un batterio
 dai polli

È formato da due molecole di glucosio
 saccarosio
 galattosio
 maltosio
 fruttosio

Nel nome "vitamina PP" le due P sono una sigla che significa
 che è molto importante
 che non è solubile in acqua
 che è solubile in acqua
 che evita la malattia

Ha funzioni di riserva per gli animali
 il glicerolo
 l'amido
 il glicogeno
 il glucosio

Un grammo di proteine
 fornisce circa 14,5 Kcal
 non fornisce energia
 fornisce circa 9,5 Kcal
 fornisce circa 4 Kcal

Un grammo di vitamine
 fornisce circa 4 Kcal
 fornisce circa 14,5 Kcal
 fornisce circa 9,5 Kcal
 non fornisce energia

I tipi diversi di aminoacidi presenti negli organismi viventi sono
 20
 100 000
 10 000
 2000

Il comune zucchero da tavola è il
 fruttosio
 glucosio
 glicerolo
 saccarosio

Goldberger esclude che la pellagra fosse infettiva perché
 non era contagiosa
 i polli non si ammalavano
 certe persone non si ammalavano
 si ammalavano solo le persone povere

Ha funzioni di riserva per le piante
 amido
 cellulosa
 glicogeno
 glicerolo

È un polisaccaride
 saccarosio
 glicogeno
 glucosio
 glicerolo

Compongono le membrane cellulari
 i fosfolipidi
 i lipidi
 gli oli
 i trigliceridi

Un grammo di cloruro di sodio
 non fornisce energia
 fornisce circa 4 Kcal
 fornisce circa 9,5 Kcal
 fornisce circa 14,5 Kcal

È un monosaccaride
 glucosio
 glicerolo
 saccarosio
 glicogeno

I componenti fondamentali delle proteine sono
 carbonio, idrogeno, ossigeno e azoto
 carbonio e idrogeno
 carbonio, idrogeno, ossigeno e fosforo
 carbonio, idrogeno e ossigeno

L'amido appartiene alla categoria
 dei grassi vegetali
 degli zuccheri
 delle proteine
 dei grassi animali

Un grammo di grassi
 fornisce circa 9,5 Kcal
 fornisce circa 4 Kcal
 fornisce circa 14,5 Kcal
 non fornisce energia

Un grammo di carboidrati
 non fornisce energia
 fornisce circa 4 Kcal
 fornisce circa 9,5 Kcal
 fornisce circa 14,5 Kcal

Il chicco di riso è
 un seme
 un pericarpo
 un frutto
 un amido

Si trova nei muscoli e nel fegato
 glucosio
 saccarosio
 glicogeno
 glicerolo

È una vitamina idrosolubile
 vitamina D
 vitamina B1
 vitamina K
 vitamina A

Idrofilo significa che
 non ha il massimo dell'idrogeno
 respinge l'acqua
 ha il massimo dell'idrogeno
 attira l'acqua

Dopo l'acqua il componente fondamentale del nostro organismo sono

- i carboidrati
- i grassi
- ▶ le proteine
- i sali minerali

È un componente fondamentale del legno delle piante

- il colesterolo
- il fruttosio
- il glicogeno
- ▶ la cellulosa

Gli esseri umani non hanno gli enzimi

- per digerire l'amido
- per digerire i monosaccaridi
- ▶ per digerire la cellulosa
- per digerire il glicogeno

Goldberger iniettò una soluzione di sangue e urina dei malati di pellagra

- ▶ a se stesso
- ad altri malati
- ai bambini degli orfanotrofi
- ai detenuti

I grassi propriamente detti sono

- ▶ i lipidi
- gli oli
- i fosfolipidi
- i trigliceridi

È un disaccaride

- ▶ saccarosio
- glicogeno
- glucosio
- glicerolo

Il beriberi è una malattia da

- ▶ carenza di vitamina B1
- carenza di vitamina K
- carenza di vitamina BB
- carenza di vitamina C

I grassi insaturi sono presenti soprattutto

- nella carne
- nelle uova
- ▶ nei semi
- nel burro

Non sono solubili in acqua

- tutte le molecole delle vitamine
- tutte le molecole dei carboidrati
- ▶ tutte le molecole dei lipidi
- tutte le molecole delle proteine

I componenti fondamentali dei carboidrati sono

- ▶ carbonio, idrogeno e ossigeno
- carbonio, idrogeno, ossigeno e azoto
- carbonio e idrogeno
- carbonio, idrogeno, ossigeno e fosforo

Le proteine sono formate da

- ▶ amminoacidi
- enzimi
- trigliceridi
- protidi

Per scoprire la causa della pellagra, Golberger prese dei detenuti e

- diede loro cibo avariato
- li fece digiunare
- ▶ li nutrì solo con certi cibi
- iniettò delle sostanze nel loro cibo

Uno degli effetti della pellagra è

- il carcere
- ▶ la demenza
- la povertà
- la delinquenza

Gli aminoacidi essenziali sono quelli

- presenti in tutte le proteine
- presenti in tutti i cibi
- ▶ che l'organismo non può fabbricare
- fabbricati dal nostro organismo

Gli enzimi sono

- carboidrati
- grassi
- ▶ proteine
- acidi nucleici

Le unghie sono formate da

- grassi
- ▶ proteine
- carboidrati
- acidi nucleici

Non è un alimento energetico

- ▶ la vitamina C
- proteina
- l'amido
- la cellulosa

Liposolubile significa

- che fa ingrassare
- che si scioglie in acqua
- ▶ che si scioglie in nei grassi
- che fa dimagrire