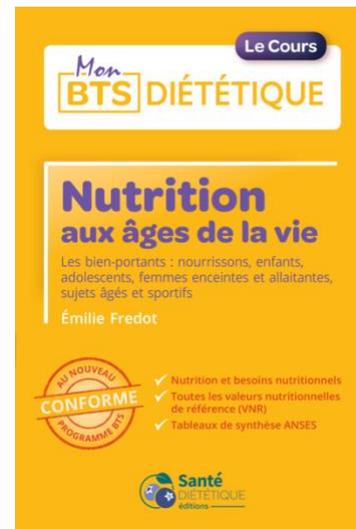


ISBN : 978-2-491648-16-9

Nutrition aux âges de la vie
Les bien-portants : nourrissons, enfants, adolescents, femmes enceintes et allaitantes, sujets âgés et sportifs

Auteure : Émilie Fredot
Éditeur : Santé Diététique Éditions

Collection : Mon BTS Diététique – Le cours
Date de parution : Octobre 2024
Prix de vente TTC : 29.90 €
Format : 16 x 24 cm
Pagination : 174 pages



1. PRÉSENTATION DU LIVRE

Aliments et nutrition est une épreuve pratique du BTS Diététique. Celle-ci est la deuxième partie de la 1^{re} épreuve écrite que les étudiants réaliseront lors des examens.

Complément de l'ouvrage « **Nutrition des adultes bienportants** », cet ouvrage se consacre à **l'étude complète des besoins et apports des populations spécifiques**, ainsi que des recommandations énergétiques, nutritionnelles et hygiéno-diététiques.

Sont ainsi **étudiés successivement** :

- les nourrissons et les enfants en bas âges,
- les enfants de 4 à 11 ans,
- les adolescents de 12 à 17 ans,
- les femmes enceintes et allaitantes,
- les femmes dès la ménopause et l'andropause des hommes,
- les sujets sportifs et personnes à activités physiques élevées.

Pour chaque population, le lecteur trouvera une étude complète des besoins et apports nécessaires avec **l'analyse des Valeurs Nutritionnelles de Référence (VNR)** recommandées en énergie, en protéines, en lipides, en glucides, en fibres, en eau, en calcium, fer et fluor, en vitamines et en minéraux.

L'auteure a construit un grand nombre de **tableaux synthétiques et pratiques** en utilisant les recommandations de l'ANSES les plus récentes.

2. CIBLE

Cet ouvrage s'adresse aux étudiants du BTS Diététique et IUT génie biologique, option diététique. Il pourra également être utile à tous les étudiants des filières paramédicales et sociales désireux de consolider leurs savoirs en économie et gestion.

3. AUTEURE

Émilie Fredot est diététicienne-nutritionniste. Enseignante depuis plus de 20 ans en Sciences des aliments, Nutrition, Droit –hygiène alimentaire et Diététique thérapeutique. Correctrice pour l'Éducation Nationale aux épreuves professionnelles écrites et jury à l'oral de l'examen.

4. POINTS FORTS

- Cible étudiante : environ 4 000 étudiants par année qui se présentent à l'épreuve en 2^e année.
- Matière complexe : ce livre apporte donc une véritable aide aux élèves.
- L'auteure a construit un grand nombre de **tableaux synthétiques et pratiques** en utilisant les recommandations de l'ANSES les plus récentes.
- Complet : chaque population au besoin spécifique référencé au sein du référentiel sont traités.
- L'auteure est enseignante depuis plus de 20 ans en Sciences des aliments, Nutrition et jury à l'examen de cette épreuve du BTS.
- L'auteure apporte un grand nombre de conseils pratiques et méthodologiques, pointe les difficultés et exceptions de chaque population et permet à l'élève d'aller plus loin au sein de focus.