

G13,2

B38

UNIVERSITATEA DE STAT DE MEDICINĂ ȘI FARMACIE  
„NICOLAE TESTEMIȚANU”

CATEDRA DE IGIENĂ GENERALĂ

*Elena CIOBANU Cătălina CROITORU*  
*Gheorghe OSTROFEȚ Aliona TIHON*

**BAZELE IGIENICE**  
**ALE ALIMENTAȚIEI**  
*(note de curs)*

Chișinău  
2019

UNIVERSITATEA DE STAT DE MEDICINĂ ȘI FARMACIE  
„NICOLAE TESTEMIȚANU”

CATEDRA DE IGIENĂ GENERALĂ

*Elena CIOBANU Cătălina CROITORU  
Gheorghe OSTROFEȚ Aliona TIHON*

**BAZELE IGIENICE  
ALE ALIMENTAȚIEI**  
*(note de curs)*

754507

Universitatea de Stat de  
Medicină și Farmacie  
„Nicolae Testemițanu”  
Biblioteca Științifică Medicală

SL2

Chișinău  
Centrul Editorial-Poligrafic *Medicina*  
2019

## CUPRINS

<b>1. Principii și reguli ale alimentației sănătoase.....</b>	<b>4</b>
<b>2. Substanțele nutritive și importanța lor pentru sănătate.....</b>	<b>5</b>
2.1. Proteinele. Importanța lor în alimentație.....	5
2.2. Lipidele. Importanța lor în alimentație.....	9
2.3. Glucidele. Importanța lor în alimentație.....	13
2.4. Vitaminele. Importanța lor în alimentație.....	16
2.5. Sărurile minerale. Importanța lor în alimentație.....	22
<b>3. Patologii și intoxicații alimentare.....</b>	<b>27</b>