

Ενδεικτικές απαντήσεις

2.1

α) Η όρεξη είναι η ψυχολογική επιθυμία για φαγητό.

β) Η όρεξη επηρεάζεται από την όψη, την οσμή και τη γεύση της τροφής.

2.2

α) Οι επιμέρους ενεργειακές δαπάνες είναι ο Βασικός μεταβολικός ρυθμός, η Θερμογένεση λόγω φυσικής δραστηριότητας και η Θερμογένεση λόγω λήψης τροφής.

β) Οι συνολικές ενεργειακές δαπάνες προκύπτουν εάν υπολογιστούν και στη συνέχεια αθροιστούν οι παρακάτω παράγοντες: ο Βασικός μεταβολικός ρυθμός, η Θερμογένεση λόγω φυσικής δραστηριότητας και η Θερμογένεση λόγω λήψης τροφής.