

Θέμα 2^ο

2.1

Στις ενεργειακές δαπάνες του οργανισμού συμπεριλαμβάνεται η Θερμογένεση Λόγω Φυσικής Δραστηριότητας.

α) Να περιγράψετε τον τρόπο υπολογισμού της Θερμογένεσης Λόγω Φυσικής Δραστηριότητας. (μονάδες 6)

β) Να προσδιορίσετε την έννοια της έντονης δραστηριότητας. (μονάδες 6)

Μονάδες 12

2.2

Ένας τρόπος προσδιορισμού του επιθυμητού σωματικού βάρους αποτελεί η χρήση πινάκων.

α) Ανάλογα με ποιους παράγοντες οι πίνακες δείχνουν το επιθυμητό βάρος για ένα άτομο; (μονάδες 9)

β) Να προσδιορίσετε την έννοια του επιθυμητού σωματικού βάρους. (μονάδες 4)

Μονάδες 13