

BÀI 5. SINH LÝ CHUYỂN HÓA NĂNG LƯỢNG

I. Tóm tắt

Chuyển hóa năng lượng trong cơ thể là sự biến đổi năng lượng bên trong cơ thể, tuân theo định luật bảo toàn năng lượng. Hoạt động sống của cơ thể là quá trình liên tục của chuỗi chuyển hóa và tiêu tốn năng lượng. Bởi vậy sinh viên cần có kiến thức về hoạt động chuyển hóa năng lượng để xác định nhu cầu năng lượng và cân bằng bilan năng lượng.

II. Các bước cần chuẩn bị

- Sinh viên đọc tài liệu, chuẩn bị bài trước khi đến lớp
- Trả lời câu hỏi ở mục V
- Làm bài tập chuẩn bị ở mục VI
- Liệt kê các vấn đề chưa hiểu

III. Tài liệu cần tham khảo

1. Sinh lý học, Bộ Y tế, NXB Y học, 2017, trang 64 – 87.
2. Sinh lý học tập 1, Đại học Y Hà Nội, NXB Y học, 2004, trang 60 – 90.

IV. Các thuật ngữ cần nắm

- Hóa năng
- Động năng
- Điện năng
- Thế năng
- Nhiệt năng

V. Các câu hỏi tự lượng giá

1. *Năng lượng có các dạng nào?*
2. *Các nguyên nhân tiêu hao năng lượng của cơ thể là gì?*
3. *Bilan năng lượng của cơ thể là gì?*
4. *Các phương pháp đo tiêu hao năng lượng theo nguyên lý nào?*