

Con il sostegno di:



## PIANO DI STUDI

### Master universitario

### NUTRIZIONE E IGIENE DEGLI ALIMENTI

A.A. 2022-2023

ATTIVITÀ FORMATIVE	Ore di didattica	CONTENUTO DELL'ATTIVITÀ
<u>MODULO I</u> <b>FONDAMENTI FISILOGIA DELLA NUTRIZIONE</b>	12	Macronutrienti (glucidi, lipidi e carboidrati) e micronutrienti (vitamine e sali minerali): digestione, assorbimento, metabolismo e biodisponibilità. Valore energetico dei nutrienti e obiettivi nutrizionali. Fabbisogni nutrizionali LARN, linee guida.
<u>MODULO II</u> <b>PRINCIPI DI NUTRIZIONE APPLICATA</b>	12	Valutazione dello stato nutrizionale. Bilancio energetico: metodi di indagine dell'introito energetico, calorimetria diretta e indiretta. Valutazione parametri biochimici. Analisi della composizione corporea: antropometria bioimpedenziometria, adipometria. Tabelle di composizione degli alimenti. Utilizzo del software di dietetica in dotazione per la gestione dei dati del paziente e per l'elaborazione di diete personalizzate nel soggetto normopeso.

<p><u>MODULO III</u> <b>IGIENE DEGLI ALIMENTI</b></p>	<p>12</p>	<p>Gli alimenti, natura e classificazione. Conservazione degli alimenti ed evoluzione dell'industria alimentare e delle modalità di consumo. Le patologie veicolate dagli alimenti. Evoluzione normativa in tema alimentare. Le filiere alimentari. Analisi microbiologica degli alimenti La metodologia di autocontrollo nelle filiere produttive ed il WSP.</p>
<p><u>MODULO IV</u> <b>RISCHIO ALIMENTARE E TUTELA DELLA SALUTE</b></p>	<p>12</p>	<p>Le alterazioni alimentari e le contaminazioni alimentari.</p>
<p><u>MODULO V</u> <b>ELEMENTI DI NUTRIZIONE NEI VARI STATI FISIOLGICI GENETICA, EPIGENETICA, CRESCITA, SVILUPPO</b></p>	<p>12</p>	<p>Nutrizione e gravidanza, nutrizione e allattamento, nutrizione nell'anziano e longevità. Dieta vegetariana. Genetica dei Taste Receptors, loro distribuzione e funzione nella popolazione e nel corpo umano. Recettori e Biomarcatori di nutrienti, regolatori epigenetici di trasmissione e sintesi proteica. Non solo calorie dalla nascita all'età adulta, effetti modulanti di alimenti sui sistemi endocrini e metabolici. Prevenzione di tumori e patologie degenerative. Fabbisogni ordinari e speciali dell'adolescente per genere ed attività fisica. Interazione alimenti-psiche. Nutrizione-Sport, Nutrizione-attività intellettuale Elaborazione di diete personalizzate sugli argomenti trattati mediante software di dietetica.</p>
<p><u>MODULO VI</u> <b>NUTRIZIONE E SPORT</b></p>	<p>12</p>	<p>Metabolismo anaerobico lattacido e lattacido. Metabolismo aerobico. Struttura e caratteristiche delle fibre muscolari lente e veloci. La contrazione muscolare. Le discipline sportive. Fabbisogno energetico e Disponibilità Energetica. Fabbisogno idrico. Fabbisogno di macro e micronutrienti. Alimentazione prima, durante e dopo la competizione. Uso razionale degli integratori per la pratica sportiva: l'evidenza scientifica. Prevenzione del doping Elaborazione di diete personalizzate per sportivi con software di dietetica.</p>
<p><u>MODULO VII</u> <b>ELEMENTI DI NUTRIZIONE NEGLI STATI PATOLOGICI</b></p>	<p>12</p>	<p>Terapia nutrizionale nell'obesità e nella sindrome metabolica. Terapia nutrizionale: nel diabete, nelle malattie dell'apparato digerente, nelle malattie cardiovascolari, nella malattia renale cronica. Terapia nutrizionale nelle allergie e intolleranze. Terapia nutrizionale nelle malattie oncologiche. Elaborazione di diete nei diversi stati patologici con software di dietetica.</p>

<b>MODULO VIII</b> <b>MALNUTRIZIONE CALORICO</b> <b>PROTEICA NUTRIZIONE</b> <b>ARTIFICIALE</b>	12	La malnutrizione calorico proteica. Terapia nutrizionale nel periodo peri-operatorio e in Unità di Terapia Intensiva. Quando l'alimentazione per via orale non è più sicura o è impossibile: quali opportunità? Iter diagnostico- terapeutico, indicazioni, controindicazioni e modalità della Nutrizione Artificiale quale strategia contro la Malnutrizione e le sue conseguenze.
<b>MODULO IX</b> <b>ALIMENTAZIONE E BENESSERE</b> <b>CEREBRALE</b>	12	Influenza dell'alimentazione sulle funzioni cerebrali sia a livello dell'ipotalamo, centro di controllo del comportamento alimentare, che a livello di ippocampo e corteccia, regioni implicate nelle funzioni cognitive superiori quale memoria, apprendimento ed emozioni. Effetto di alcuni nutrienti sulle patologie neurodegenerative, neuropsichiatriche e del neurosviluppo: possibile ruolo terapeutico di una corretta alimentazione. Controllo fame e sazietà. Disturbi del comportamento alimentare: anoressia e bulimia. Elaborazione di diete personalizzate con software di dietetica
<b>MODULO X</b> <b>ALIMENTAZIONE E</b> <b>SOSTENIBILITA' AMBIENTALE</b>	12	Ristorazione collettiva Alimentazione e sostenibilità ambientale Paesaggi culturali viventi, tradizioni alimentari, comunità locali. Elaborazione di diete con software di dietetica
<b>MODULO XI</b> <b>FONDAMENTI DI</b> <b>ANTROPOLOGIA DELLA DIETA</b> <b>MEDITERRANEA: CULTURA E</b> <b>IDENTITA'</b>	12	La dieta mediterranea patrimonio Unesco; etica e dietetica; essere e benessere; cultura e identità.
<b>STAGE E TIROCINI</b> <b>COUNSELING NUTRIZIONALE</b>		
<b>STAGE E TIROCINI</b> <b>ELABORAZIONE DIETE</b>		