Logo Image not found or type unknown

PROGRAMMA DEL CORSO DI NUTRIZIONE E DIETETICA

SETTORE SCIENTIFICO

MED/49 (MEDS-08/C)

CFU

8

SETTORE SCIENTIFICO DISCIPLINARE

MED/49

ANNO DI CORSO

III Anno

TIPOLOGIA DI ATTIVITÀ FORMATIVA

/**/

Base q

Caratterizzante X

Affine q

Altre attività q

NUMERO DI CREDITI

/**/
8 CFU

DOCENTE

/**/
Giovannangelo Oriani

MODALITÀ DI ISCRIZIONE E DI GESTIONE DEI RAPPORTI CON GLI STUDENTI

L’iscrizione ed i rapporti con gli studenti sono gestiti mediante la piattaforma informatica che permette l’iscrizione ai corsi, la fruizione delle lezioni, la partecipazione a forum e tutoraggi, il download del materiale didattico e la comunicazione con il docente. Un tutor assisterà gli studenti nello svolgimento di queste attività.

OBIETTIVI FORMATIVI SPECIFICI

Scopo del corso è introdurre i principi fondamentali della nutrizione umana e della dietetica, ai fini della loro corretta applicazione nell’ambito della gastronomia, in modo da consentire la formazione di una figura professionale in grado di conciliare gli aspetti edonistici del cibo, con quelli preminenti legati alle sue interrelazioni con la salute umana.

Il corso ha, in particolare, la finalità di:

- Fornire le basi di anatomia funzionale, fisiologia e biochimica della nutrizione ai fini della comprensione dei meccanismi di digestione, assorbimento e metabolismo degli alimenti e dei nutrienti e della regolazione della fame e della sazietà;

- Far conoscere la nutrizione di base e le principali metodiche per la valutazione della composizione corporea, del dispendio energetico e dello stato nutrizionale

- Far acquisire le conoscenze fondamentali sulle funzioni nutrizionali dei carboidrati, delle proteine, dei lipidi, delle vitamine e dei sali minerali e sui loro fabbisogni di popolazione ed individuali

- Fornire le nozioni fondamentali sulle caratteristiche merceologiche e nutrizionali dei gruppi alimentari e le linee guida per una corretta alimentazione

- Fornire adeguate conoscenze sulla pianificazione di diete nutrizionalmente adeguate soprattutto in condizioni fisiologiche e sul ruolo delle macro e dei micronutrienti sulla salute generale, con l’uso dei LARN, delle Linee Guida per una Sana Alimentazione e delle tabelle di composizione degli alimenti

- Far conoscere i principali tipi di malnutrizione per difetto e per eccesso, con particolare riguardo all’obesità e al fenomeno della transizione nutrizionale

- Fornire conoscenze per una corretta applicazione in gastronomia dei principi del regime alimentare mediterraneo

- Far interiorizzare i principi scientifici ed etici fondamentali per una corretta fusione tra gastronomia e alimentazione salutare

Obiettivo è la formazione culturale, scientifica e applicativa di una figura professionale qualificata che possa operare nell’ambito del turismo, delle tecnologie agro-alimentari, dell’alimentazione e della gastronomia.

RISULTATI DI APPRENDIMENTO SPECIFICI

Conoscenza e capacità di comprensione

Il corso offre allo studente gli strumenti e le conoscenze per la comprensione dei principi fondamentali della nutrizione e della dietetica in modo che sia in grado di applicare le conoscenze acquisite, ottenendo le seguenti abilità o capacità di sapere fare:

- interpretare l'effetto dei nutrienti/alimenti/diete sulla fisiologia umana e sul metabolismo in condizioni di salute;
- comprendere i meccanismi legati al riconoscimento e al controllo dell'introduzione degli alimenti;
- applicare le conoscenze di base rispetto ai fabbisogni nutrizionali dei singoli e della comunità;
- impiegare gli elementi di base per l'impostazione di diete adeguate a singoli individui e comunità;
- applicare i principali strumenti per stimare l'adeguatezza dell'alimentazione e della dieta;

saper stimare la composizione in nutrienti e non-nutrienti dei principali gruppi di alimenti che sono comunemente utilizzati in Italia;

- saper riconoscere le carenze nutritive di una dieta sbilanciata.

Capacità di applicare conoscenza e comprensione

Le videolezioni sono progettate in modo da fornire allo studente una solida base di competenze atte a far acquisire capacità critiche necessarie per impostare un'offerta gastronomica che coniughi l'eccellenza degli alimenti e la composizione delle pietanze con le esigenze di una sana e corretta alimentazione.

Autonomia di giudizio

Al termine del corso lo studente sarà in grado di valutare gli aspetti nutrizionali connessi alle preparazioni gastronomiche, spiegare le relazioni e le interconnessioni esistenti tra alimentazione e salute anche in una prospettiva storica, valutando l'impatto del cibo sui mutamenti della salute umana e, in particolare sull'epidemiologia delle patologie non trasmissibili e sull'ambiente.

Il corso intende fornire, pertanto, le basi per orientare lo studente ad affrontare in maniera professionale le problematiche di una corretta nutrizione negli ambiti lavorativi dell'ospitalità e della gastronomia.

Abilità comunicative

L'esposizione del materiale didattico e l'ascolto delle lezioni, nonché il riferimento ad un glossario scientificamente validato consentiranno agli studenti di comunicare con un lessico corretto e appropriato.

Capacità di apprendimento

I concetti e gli istituti assimilati attraverso le videolezioni dovranno essere arricchiti e rielaborati dallo studente durante e al termine dell'intero percorso di studi

PROGRAMMA DIDATTICO

1 - Introduzione e glossario

2 - Struttura e funzioni della cavità orale, del faringe e dell’esofago

3 - Struttura e funzioni dello stomaco e dell’intestino tenue

4 - Struttura e funzioni del fegato, del pancreas e dell’intestino crasso

5 - Fisiologia del gusto

6 - Fame e sazietà

7 - Bioenergetica

8 - Metodi per la valutazione del dispendio energetico

9 - Composizione corporea

10 - Valutazione dello stato di nutrizione

11 - Struttura, valore nutrizionale e digestione dei carboidrati

12 - Assorbimento e metabolismo dei carboidrati

13 - La fibra alimentare

14 - Struttura, funzione, digestione e assorbimento dei lipidi

15 - Metabolismo dei lipidi

16 - Aspetti nutrizionali dei lipidi

17 - Struttura e funzioni delle proteine

18 - Digestione, metabolismo ed aspetti nutrizionali delle proteine

19 - Vitamine: generalità e vitamine liposolubili

20 - Vitamine del gruppo B

21 - Vitamina C e Vitamina B12

22 - Altre vitamine idrosolubili

23 - Minerali: generalità e macroelementi

24 - Gli oligoelementi: ferro, zinco, iodio

25 - Gli oligoelementi: fluoro, rame, selenio

26 - Acqua e bilancio idrico

27 - I Gruppi di Alimenti. Generalità

28 - I Gruppi di Alimenti: Cereali e derivati e tuberi

29 - I Gruppi di Alimenti: Frutta e verdura

30 - I Gruppi di Alimenti: Latte e derivati

31 - I Gruppi di Alimenti: Sottogruppi Carne e Pesce

32 - I Gruppi di Alimenti: Sottogruppi Uova e Legumi

33 - I Gruppi di Alimenti: Grassi da condimento

34 - Alimenti voluttuari. Le bevande alcoliche

35 - Alimenti voluttuari: Alimenti nervini

36 - Zucchero, bevande analcoliche, altri alimenti accessori

37 - Riferimenti per una dieta adeguata

38 - Lo schema dietetico

39 - Applicazione pratica dello schema dietetico

40 - La Dieta Mediterranea

41 - Le diete vegetariane

42 - Le diete dimagranti

43 - Gli alimenti funzionali: criteri di classificazione e valutazione

44 - Gli alimenti funzionali: criticità e prospettive

45 - Reazioni tossiche agli alimenti ed allergie alimentari

46 - Celiachia e intolleranze alimentari

47 - Alimentazione, evoluzione e ambiente

48 - Gastronomia e nutrizione

TIPOLOGIE DI ATTIVITÀ DIDATTICHE PREVISTE E RELATIVE MODALITÀ DI SVOLGIMENTO

Ogni Macro-argomento è articolato in 15-17 videolezioni da 30 min. corredate da dispense, slide e test di apprendimento.

Per ogni insegnamento sono previste sino a 6 videolezioni (n.1 CFU) di didattica innovativa secondo modalità definite dal docente di riferimento.

Le videolezioni sono progettate in modo da fornire allo studente una solida base di competenze culturali, logiche e metodologiche atte a far acquisire capacità critiche necessarie ad esercitare il ragionamento matematico, anche in una prospettiva interdisciplinare, a vantaggio di una visione del diritto non meramente statica e razionale, bensì quale espressione della società e della sua incessante evoluzione.

Il modello didattico adottato prevede sia didattica erogativa (DE) sia didattica interattiva (DI):

La didattica erogativa (DE) prevede l'erogazione in modalità asincrona delle videolezioni, delle dispense, dei test di autovalutazioni predisposti dai docenti titolari dell'insegnamento; la metodologia di insegnamento avviene in teledidattica. La didattica interattiva (DI) comprende il complesso degli interventi didattici interattivi, predisposti dal docente o dal tutor in piattaforma, utili a sviluppare l'apprendimento online con modalità attive e partecipative ed è basata sull'interazione dei discenti con i docenti, attraverso la partecipazione ad attività didattiche online.Sono previsti interventi brevi effettuati dai corsisti (ad esempio in ambienti di discussione o di collaborazione, in forum, blog, wiki), e-tivity strutturate (individuali o collaborative), sotto forma tipicamente di produzioni di elaborati o esercitazioni online e la partecipazione a web conference interattive.Nelle suddette attività convergono molteplici strumenti didattici, che agiscono in modo sinergico sul percorso di formazione ed apprendimento dello studente. La partecipazione attiva alle suddette attività ha come obiettivo quello di stimolare gli studenti lungo tutto il percorso didattico e garantisce loro la possibilità di ottenere una valutazione aggiuntiva che si sommerà alla valutazione dell'esame finale.
Per le attività di autoapprendimento sono previste 144 ore di studio individuale.

L'Ateneo prevede di norma almeno 7 h per ogni CFU di cui almeno il 20% in modalità sincrona.

Nel computo delle ore della DI sono escluse le interazioni a carattere orientativo sui programmi, sul cds, sull'uso della piattaforma e simili, che rientrano un semplice tutoraggio di orientamento. Sono altresì escluse le ore di tutorato didattico disciplinare, cioè la mera ripetizione di contenuti già proposti nella forma erogativa attraverso colloqui di recupero o approfondimento one-to-one.

MODALITÀ E CRITERI DI VALUTAZIONE DELL'APPRENDIMENTO

La partecipazione alla didattica interattiva (DI) ha la finalità, tra le altre, di valutare lo studente durante l'apprendimento in itinere.

L'esame finale può essere sostenuto in forma scritta o in forma orale; lo studente può individuare, in autonomia, la modalità di svolgimento della prova, sempre rispettando la calendarizzazione predisposta dall'Ateneo.

L'esame orale consiste in un colloquio nel corso del quale il docente formula almeno tre domande.

L'esame scritto consiste nello svolgimento di un test a risposta multipla con 31 domande. Per ogni domanda lo studente deve scegliere una delle 4 possibili risposte. Solo una risposta è corretta.

Sia i quesiti in forma orale che i quesiti in forma scritta sono formulati per valutare il grado di comprensione delle nozioni teoriche e la capacità di sviluppare il ragionamento utilizzando le nozioni acquisite. I quesiti che richiedono l'elaborazione di un ragionamento consentiranno di valutare il livello di competenza e l'autonomia di giudizio maturati dallo studente.

Le abilità di comunicazione e la capacità di apprendimento saranno valutate attraverso le interazioni dirette tra docente e studente che avranno luogo durante la fruizione del corso (videoconferenze, e-tivity report, studio di casi elaborati) proposti dal docente o dal tutor

CRITERI DI MISURAZIONE DELL'APPRENDIMENTO E ATTRIBUZIONE DEL VOTO FINALE

Sia lo svolgimento dell'elaborato, sia la presenza attiva durante le web conference prevedono un giudizio, da parte del docente, fino a un massimo di 2 punti. Lo studente può prendere parte ad entrambe le attività ma la votazione massima raggiungibile è sempre di 2 punti.

La valutazione proveniente dallo sviluppo dell'elaborato può essere pari a 0, 1 o 2 punti.

La valutazione derivante dalle web conference è strutturata tramite lo svolgimento, al termine della stessa, di un test finale a risposta multipla che può garantire da 0 a 1 punto.

È data facoltà allo studente di partecipare o meno alla didattica interattiva.

La valutazione finale ha lo scopo di misurare il raggiungimento degli obiettivi di apprendimento definiti alla base dell'insegnamento. Il giudizio riguarda l'intero percorso formativo del singolo insegnamento ed è di tipo sommativo.

Il voto finale dell'esame di profitto tiene conto del punteggio che lo studente può aver ottenuto partecipando correttamente alla didattica interattiva e deriva, quindi, dalla somma delle due valutazioni. Il voto derivante dalla didattica interattiva verrà sommato al voto dell'esame se quest'ultimo sarà pari o superiore a diciotto trentesimi.

Il voto finale è espresso in trentesimi. Il voto minimo utile al superamento della prova è di diciotto trentesimi.

Ciascun test dovrà essere composto da 31 domande, così da garantire la possibilità di conseguire la lode, in ottemperanza alle norme Europee sul Diploma Supplement. L'attribuzione della lode è concessa esclusivamente allo studente che ha risposto positivamente alle prime 30 domande.

ATTIVITÀ DI DIDATTICA EROGATIVA (DE)

/**/
Di norma massimo l'80% delle lezioni è svolto in modalità asincrona

ATTIVITÀ DI DIDATTICA INTERATTIVA (DI) ED E-TIVITY CON RELATIVO FEED-BACK AL SINGOLO STUDENTE DA PARTE DEL DOCENTE O DEL TUTOR

/**/

Almeno il 20% delle lezioni è svolto in modalità sincrona e

possono prevedere:

- è Redazione di un elaborato
- è Partecipazione a web conference
- è Svolgimento delle prove in itinere con feedback
- è Progetti ed elaborati
- è Laboratori virtuali
- è Svolgimento della simulazione del test finale

MATERIALE DIDATTICO UTILIZZATO

/**/

è Videolezioni

è Dispense predisposte dal docente e/o slide del docente

è Materiali predisposti per le lezioni sincrone

è Testo di riferimento suggerito dal docente (facoltativo):

Aldo Mariani Costantini,Carlo Cannella,Gianni Tomassi
Alimentazione e nutrizione umana

Editore: Il Pensiero Scientifico Anno edizione: 2016

Il materiale didattico è sempre disponibile in piattaforma e consultabile dallo studente nei tempi e nelle modalità ad egli più affini.