Logo Image not found or type unknown

# PROGRAMMA DEL CORSO DI NUTRIZIONE E DIETETICA

## SETTORE SCIENTIFICO

MED/09 (MEDS-05/A)

## CFU

8

## SETTORE SCIENTIFICO DISCIPLINARE

MEDS-08/C

## ANNO DI CORSO

III Anno

## TIPOLOGIA DI ATTIVITÀ FORMATIVA

/**/
Caratterizzante X

Base q

Affine q

A scelta studente 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 SCIENTIFICI

/**/
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 (PER MACRO AREE + NUMERO LEZIONI PREVISTE)

1 - Introduzione e glossario

2 - Struttura e funzioni della cavità orale, della 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 - Struttura, valore nutrizionale e digestione dei carboidrati

11 - Assorbimento e metabolismo dei carboidrati

12 - La fibra alimentare

13 - Struttura, funzioni, digestione e assorbimento dei lipidi

14 - Metabolismo dei lipidi

15 - Aspetti nutrizionali dei lipidi

16 - Struttura e funzioni delle proteine

17 - Digestione, metabolismo e aspetti nutrizionali delle proteine

18 - Vitamine: generalità e vitamine liposolubili

19 - Vitamine del gruppo B

20 - Vitamina C e Vitamina B12

21 - Altre vitamine idrosolubili

22 - Minerali: generalità e macroelementi

23 - Gli oligoelementi: ferro, zinco, iodio

24 - Acqua e bilancio idrico

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

26 - I Gruppi di Alimenti: Frutta e verdura

27 - I Gruppi di Alimenti: Latte e derivati

28 - Gruppi di Alimenti: Sottogruppi Carne e Pesce

29 - Gruppi di Alimenti: Sottogruppi Uova e Legumi

30 - Gruppi di Alimenti: Grassi da condimento

31 - Alimenti voluttuari. Le bevande alcoliche

32 - Alimenti voluttuari: Alimenti nervini

33 - Zucchero, bevande analcoliche, altri alimenti accessori

34 - Riferimenti per una dieta adeguata

35 - Lo schema dietetico

36 - La Dieta Mediterranea

37 - Le diete vegetariane

38 - Gli alimenti funzionali: criteri di classificazione e valutazione

39 - Reazioni tossiche agli alimenti ed allergie alimentari

40 - Celiachia e intolleranze alimentari

## TIPOLOGIE DI ATTIVITÀ DIDATTICHE PREVISTE E RELATIVE MODALITÀ DI SVOLGIMENTO

/**/
L’insegnamento è articolato in videolezioni di circa 30 minuti corredate da dispense, slide e questionario di autovalutazione.

Per ogni insegnamento è prevista1 videolezione di didattica erogativa in modalità sincrona a contenuto innovativo ed interattivo, secondo modalità definite dal docente di riferimento,vi è altresì la possibilità di redazionedi un elaborato per insegnamento, differenziato in termini di difficoltà rispetto all’ampiezza dei CFU assegnati.

Il modello didattico 2025-2026, in ottemperanza al D.M. 1835 del 6 dicembre 2024, prevede di norma, per ogni CFU, un totale di almeno 7 ore di didattica. La didattica erogativa è perciò effettuata dall’Anno Accademico 2025/2026 per l’80% in modalità asincrona, articolata in un numero di videolezioni coerente ai CFU complessivi del singolo insegnamento, corredate da materiale didattico adeguato allo studio individuale e, per almeno il 20%, in modalità sincrona

La didattica erogativa asincrona prevede per ogni ora una videolezione registrata, una dispensa corredata da riferimenti bibliografici, note, tabelle, immagini, grafici ed un questionario di dieci domande di autovalutazione con quattro possibili risposte di cui solo una corretta e tre distrattori, oltre un file di riepilogo relativo agli obiettivi ed alla struttura in paragrafi della lezione, con l’aggiunta di alcune parole chiave. Nel dettaglio la videolezione corrisponde alla singola lezione teorica del docente.La didattica sincrona si compone di una web conferenze per CFU e di un elaborato per insegnamento, differenziato in termini di difficoltà rispetto all’ampiezza dei CFU assegnati.L’obiettivo della didattica erogativa in modalità sincrona è assicurare tutte quelle attività che tipicamente richiedono apprendimenti “in situazione” o rapporto “face to face”, quali laboratori, seminari, esperienze sul campo, tirocini, ecc., tenendo conto anche delle metodologie a carattere innovativo e volte a favorire l’interazione docente-studenti e tra studenti

Sono previsti:

interventi didattici rivolti da parte del docente/tutor all’intera classe (o a un suo sottogruppo), tipicamente sotto forma di dimostrazioni o spiegazioni aggiuntive (ad esempio dimostrazione o suggerimenti operativi su come si risolve un problema, esercizio esimilari); gli interventi brevi effettuati dai corsisti (ad esempio in ambienti di discussione o di collaborazione); le e-tivity strutturate (individuali o collaborative), sotto forma tipicamente di report, esercizio, studio di caso, problem solving, web quest,progetto,produzionediartefatto(ovariantiassimilabili),effettuati dai corsisti, con relativo feed-back; le forme tipiche di valutazione formativa, con il carattere di questionari o test initinere; le esperienze di apprendimento in situazione realizzabili attraverso ambienti di simulazione, oppure attraverso la virtualizzazione di laboratori didattici.
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.

Nel computo delle ore della didattica erogativa sono escluse le interazioni a carattere orientativo sui programmi, sul Corso di Studio, sull’uso della piattaforma e simili, che rientrano nei servizi di tutoraggio per l’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 erogativa 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 la verifica 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 per verificare la capacità di apprendimento ovvero il livello di apprendimento raggiunto dallo studente. 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 studenti che avranno luogo durante la fruizione del corso proposte dal docente o dal tutor.

## CRITERI DI MISURAZIONE DELL'APPRENDIMENTO E ATTRIBUZIONE DEL VOTO FINALE

/**/
La didattica sincrona garantisce una premialità massima di 2 punti che si somma al voto dell'esame finale, suddivisa in 1 punto per la didattica erogativa sincrona (Webconference) ed 1 punto didattica erogativa sincrona (Elaborato). La premialità massima per le Webconference è di un punto sul voto di esame. Ogni studente può partecipare a tutte le Webconference erogate.  Per ciascuna di esse, il superamento del test finale di apprendimento –che richiede almeno quattro risposte corrette su cinque domande relative al tema trattato – consente di ottenere un punteggio pari a 0,5. Una volta raggiunto un punteggio totale di 1, allo studente viene riconosciuta la premialità. La redazione dell'elaborato consente una premialità pari ad 1 punto sul voto dell'esame, se considerato sufficiente. Saranno rese disponibili due tracce di elaborati.

È data facoltà allo studente di partecipare alla didattica erogativa sincrona.

La valutazione finale ha lo scopo di misurare il grado di comprensione delle nozioni teoriche e la capacità di sviluppare il ragionamento utilizzando le nozioni acquisite per verificare la capacità di apprendimento ovvero il livello di apprendimento raggiunto dallo studente. 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 ottenuto nella verifica di profitto al quale si sommano le premialità che lo studente può aver ottenuto partecipando alla didattica erogativa sincrona e deriva, quindi, dalla somma delle due valutazioni. Il voto derivante dalla didattica sincrona 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 ed anche all'ultima domanda.

## ATTIVITÀ DI DIDATTICA EROGATIVA ASINCRONA

Di norma massimo l’80% delle lezioni è svolto in modalità asincrona.

## ATTIVITÀ DI DIDATTICA EROGATIVA SINCRONA 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 Partecipazione web conference

è Redazione di un elaborato

è Svolgimento delle prove in itinere con feedback

è Svolgimento della simulazione del test finale

## MATERIALE DIDATTICO UTILIZZATO

è Videolezioni

è Dispense predisposte dal docente e/o slide del docente

è Questionario di autovalutazione

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.