



TESTO SIMULAZIONE SECONDA PROVA CLASSI 5^{eno} del 12/04/2024

TIPOLOGIA A: analisi ed elaborazione di una tematica relativa al percorso professionale, anche sulla base di documenti, tabelle e dati

con riferimento al seguente Nucleo Tematico fondamentale d'indirizzo correlato alle competenze:

1. Predisposizione di prodotti e/o servizi che abbiano come riferimento i bisogni, le attese e i profili dietetici e/o culturali del cliente, focalizzandosi, in particolare, sugli stili di alimentazione, sui contesti culturali e sui modelli di ospitalità.

Dieta sana ed equilibrata

PRIMA PARTE

Documento n.1

“Mangiare è un atto ricco di significati che va ben oltre il semplice soddisfacimento fisiologico. Come e cosa si mangia dipende sia dalle risorse offerte dal territorio, sia dalle abitudini familiari che dal rapporto che si crea tra le persone e il cibo.

La sana dieta alimentare, ovvero una corretta alimentazione, è l'insieme dei comportamenti e dei rapporti nei confronti del cibo che permettono il mantenimento della propria salute nel rispetto dell'ambiente e degli altri. È opportuno ricordare che il termine “dieta” indica una selezione ragionata di alimenti e non necessariamente un regime alimentare finalizzato ad ottenere una perdita di peso (ovvero una “dieta” ipocalorica).

(Fonte: archivio.pubblica.istruzione.it/essere_benessere/allegati/linee_guida.pdf)

Documento n.2

La Figura 1, di seguito riportata, presenta la Nuova Piramide Alimentare per la Dieta Mediterranea Moderna. La Piramide è stata elaborata in collaborazione con l'INRAN (Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione) da studiosi provenienti dal bacino del Mediterraneo e da istituzioni internazionali presenti alla 3^a Conferenza Internazionale CIISCAM (Centro Interuniversitario Internazionale di Ricerca sulle Culture Alimentari Mediterranee), tenutasi a Parma nel 2009. Essa propone come modello alimentare di base la Dieta Mediterranea, tenendo conto anche dell'evoluzione della società e delle nuove scoperte scientifiche che correlano la dieta ai benefici per la salute. Nello specifico, essa è rivolta a individui di età compresa tra i 18 e i 65 anni e propone un esempio di organizzazione dei pasti e di frequenza di consumo delle diverse categorie di alimenti.

Nel 2010 la Dieta Mediterranea è stata riconosciuta dall'UNESCO Patrimonio Culturale Immateriale dell'Umanità.

