



Programma svolto
a. s. 2022/2023

Classe: **2Ar- Indirizzo enogastronomia ed ospitalità alberghiera**

Materia: **Scienze degli alimenti**

Docente: **Martini Marialucia**

L'elenco che segue è stato letto dal docente ai delegati della classe

Elenco dei contenuti

Unità di apprendimento A "LA DIGESTIONE ED IL METABOLISMO"

Apparato digerente

Digestione, assorbimento e assimilazione

Cenni a cavità orale, lingua e ghiandole salivari

Stomaco, intestino tenue e crasso, fegato e pancreas

Principali funzioni degli organi coinvolti nei meccanismi della digestione e funzione dei principali enzimi digestivi.

Digestione ed assorbimento dei nutrienti (glucidi, lipidi, protidi)

Unità di apprendimento B "DIETOLOGIA"

Metabolismo e bioenergetica, ATP, energia degli alimenti, dispendio energetico e metodiche di misurazione (diretta e indiretta)

Fabbisogno energetico, metabolismo basale, termoregolazione, bilancio energetico

Peso corporeo e valutazione, IMC e valutazione.

Alimentazione salute e nutrizione

Standard nutrizionali e linee guide per una sana alimentazione

Dieta mediterranea e piramide alimentare

Dieta equilibrata e corretta distribuzione di energia e nutrienti

Dieta dell'adolescente

Definizione di dietoterapia

Obesità: classificazione e indicazioni dietetiche

Malnutrizioni: malnutrizione proteico-energetica, disturbi dell'alimentazione (anoressia nervosa e bulimia nervosa)

Malattie cardiovascolari, aterosclerosi e ipertensione complicanze e dietoterapia

Diabete mellito: classificazione del DM e indicazioni dietetiche

Alimentazione e tumori: le sostanze cancerogene negli alimenti, dieta come prevenzione dei tumori.

Allergie, intolleranze alimentari e celiachia: eziologia, metodiche diagnostiche e dieta terapeutica.



Unità di apprendimento C "CONSERVAZIONE E COTTURA DEGLI ALIMENTI"

Metodi di cottura degli alimenti: vantaggi e svantaggi

Principali tecniche di cottura: cottura in acqua, cottura nei grassi, cottura al calore secco, cottura al microonde.

Modificazioni dei macronutrienti per effetto della cottura.

Modificazioni dei micronutrienti per effetto della cottura.

Metodi di conservazione degli alimenti: fisici, chimici, fisico-chimici, biologici

Metodi fisici di conservazione alte temperature: pastorizzazione e sterilizzazione

Metodi fisici di conservazione basse temperature: refrigerazione, congelamento e surgelazione

Unità di apprendimento D "EDUCAZIONE AL CONSUMO ALIMENTARE"

La filiera alimentare: tracciabilità e rintracciabilità, responsabilità dell'EFSA, filiera corta e lunga.

Classificazione degli alimenti: i 5 gruppi alimentari, alimenti primari e secondari, classificazione merceologica, energetica, industriale, nutrizionale.

Qualità degli alimenti

I marchi DOP, IGP, STG

Caratteristiche organolettiche degli alimenti: colore, odore, sapore, analisi sensoriale

Le bevande: acque destinate al consumo umano, durezza dell'acqua, acqua potabile, acqua di sorgente e minerali naturali, classificazione delle acque minerali, etichettatura delle acque minerali.

Cremona 06/05/2023

La docente
Martini Marialucia