



Programma svolto
a. s. 2022/2023

Classe: **2Br- 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.

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