

# **Programmazione disciplinare**

**ANNO SCOLASTICO 2017/2018**

**DISCIPLINA Scienze degli Alimenti**

**CLASSE II SEZ. D**

**DOCENTE *Prof.ssa Caterina Palocci***

TITOLO UNITÀ DIDATTICHE

Digestione e metabolismo

- 1) Alimentazione, dieta, nutrizione e metabolismo
- 2) Apparato digerente e digestione
- 3) Digestione e metabolismo dei nutrienti

Principi di dietologia: lo stato nutrizionale

- 1) Lo stato nutrizionale
- 2) La valutazione della composizione corporea: l'indice di massa corporea, rapporto vita/fianchi, l'impedenziometria
- 3) Il bilancio energetico: valutazione delle entrate
- 4) La valutazione del corretto metabolismo dei nutrienti

L'alimentazione equilibrata:

- 1) La ripartizione dell'energia durante la giornata
- 2) Le Linee guida
- 3) La dieta mediterranea: la piramide alimentare

Abitudini e consumi alimentari:

- 1) i fattori coinvolti

Principi di dietetica (lavoro in cooperative learning)

- 1) L'alimentazione in gravidanza
- 2) L'alimentazione durante l'allattamento
- 3) L'alimentazione nell'età evolutiva
- 4) L'alimentazione nell'adolescenza
- 5) L'alimentazione nello sport
- 6) L'alimentazione nella terza età

Reazioni avverse agli alimenti e disturbi alimentari

- 1) Allergie e intolleranze alimentari: allergie alimentari, intolleranze alimentari (lattosio e favismo), la celiachia
- 2) L'anoressia nervosa, bulimia e binge eating
- 3) uso e abuso di bevande alcoliche