



# UNIVERSITÀ DI PAVIA

Anno Accademico 2019/2020

## DIETETICA DELL'ETA' ADULTA IN CONDIZIONI FISILOGICHE

|                              |   |
|------------------------------|---|
| <b>Anno immatricolazione</b> | 2018/2019   |
| <b>Anno offerta</b>          | 2019/2020   |
| <b>Normativa</b>             | DM270   |
| <b>SSD</b>                   | MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)  |
| <b>Dipartimento</b>          | DIPARTIMENTO DI SANITA' PUBBLICA, MEDICINA SPERIMENTALE E FORENSE   |
| <b>Corso di studio</b>       | DIETISTICA (ABILITANTE ALLA PROFESSIONE SANITARIA DI DIETISTA)  |
| <b>Curriculum</b>            | PERCORSO COMUNE   |
| <b>Anno di corso</b>         | 2°  |
| <b>Periodo didattico</b>     | Primo Semestre (01/10/2019 - 24/01/2020)  |
| <b>Crediti</b>               | 2   |
| <b>Ore</b>                   | 16 ore di attività frontale   |
| <b>Lingua insegnamento</b>   | ITALIANO  |
| <b>Tipo esame</b>            | SCRITTO E ORALE CONGIUNTI   |
| <b>Docente</b>               | TAGLIABUE ANNA (titolare) - 2 CFU   |
| <b>Prerequisiti</b>          | =   |
| <b>Obiettivi formativi</b>   | Il corso si propone di fornire le conoscenze più attuali in tema di alimentazione equilibrata per la popolazione sana e della metodologie di valutazione dello stato di nutrizione  |
| <b>Programma e contenuti</b> | <p>Il corso è mirato alla trattazione dell'alimentazione in età adulta e in alcune condizioni fisiologiche particolari come gravidanza, allattamento, menopausa e nello sportivo.</p> <p>Vengono trattati i principi dell'alimentazione equilibrata cioè dell'alimentazione che assicuri da un lato la copertura dei fabbisogni di energia e nutrienti di un individuo o gruppo di popolazione tenendo conto delle caratteristiche personali e dello stile di vita e dall'altro integri le raccomandazioni nutrizionali per la prevenzione delle malattie. Dopo</p> |

una introduzione sull'evoluzione del rapporto tra alimentazione e salute vengono spiegati in dettaglio i riferimenti per l'alimentazione: Livelli di Assunzione Raccomandati di energia e nutrienti per la popolazione italiana ( i livelli quantitativi stabiliti per la maggior parte dei nutrienti al fine di coprire i fabbisogni ed evitare livelli tossici; le Linee guida alimentari: traduzione qualitativa delle raccomandazioni espresse sotto forma di consigli pratici e mirate ad affrontare le criticità dell'alimentazione e gli Obiettivi nutrizionali : traguardi da raggiungere stabiliti da organizzazioni scientifiche e sanitarie nazionali e internazionali per migliorare la salute della popolazione attraverso l'alimentazione. Le raccomandazioni sull'assunzione dei nutrienti fanno riferimento all'ultima edizione dei Livelli di Assunzione di Riferimento dei Nutrienti per la popolazione Italiana edito dalla Società Italiana di Nutrizione Umana nel 2014.

Vengono quindi trattati i seguenti argomenti: banche date di composizione degli alimenti e porzioni; l'alimentazione della donna in età fertile; i modelli di dieta mediterranea e vegetariana; i composti bioattivi, gli alimenti funzionali e i claims nutrizionali; gli integratori alimentari, la dieta per l'attività fisica e lo sport; la valutazione dello stato di nutrizione e le principali metodologie atte alla sua valutazione. Agenda 2030 Sviluppo Sostenibile #goal3

|  |  |
|--|--|
| <b>Metodi didattici</b>                                  | Il corso è organizzato in lezioni                  |
| <b>Testi di riferimento</b>                              | =  |
| <b>Modalità verifica apprendimento</b>                   | esame scritto o orale                              |
| <b>Altre informazioni</b>                                | esame scritto o orale                              |
| <b>Obiettivi Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile</b> | <a href="#">\$lbl legenda sviluppo sostenibile</a> |