



UNIVERSITÀ DI PAVIA

Anno Accademico 2021/2022

LIFESTYLE, NUTRITION AND HEALTH DURING LIFESPAN

Anno immatricolazione	2020/2021
Anno offerta	2021/2022
Normativa	DM270
SSD	MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)
Dipartimento	DIPARTIMENTO DI MEDICINA MOLECOLARE
Corso di studio	BIOTECNOLOGIE MEDICHE E FARMACEUTICHE
Curriculum	Medico: Biotecnologie mediche e ricerca biomedica
Anno di corso	2°
Periodo didattico	Primo Semestre (04/10/2021 - 21/01/2022)
Crediti	1
Ore	8 ore di attività frontale
Lingua insegnamento	INGLESE
Tipo esame	ORALE
Docente	CENA HELLAS (titolare) - 1 CFU
Prerequisiti	
Obiettivi formativi	<p>Il programma di questo corso è rivolto agli studenti che desiderano acquisire conoscenze in materia di corretta alimentazione, stile di vita e benessere con particolare attenzione ai modelli dietetici sostenibili. In particolare, gli obiettivi formativi saranno i seguenti:</p> <ul style="list-style-type: none">• Conoscenza di base del legame tra stile di vita/alimentazione e salute;• Conoscenza del collegamento intergenerazionale tra abitudini/comportamenti alimentari e salute e malattia;• Conoscenza dei principali modelli dietetici sani sostenibili per la prevenzione delle malattie croniche non trasmissibili.
Programma e contenuti	<ol style="list-style-type: none">1. Stile di vita, alimentazione e salute per prevenire le malattie croniche non trasmissibili (Non-Communicable Diseases, NCDs);2. Modelli dietetici sani e sostenibili;3. Alimentazione e stile di vita nell'infanzia;

	<p>4. Obesità: sintomi, segni, cause e trattamento</p> <p>5. Comportamenti alimentari e disturbi dell'alimentazione e nutrizione;</p> <p>6. Stile di vita e modelli alimentari sani nei giovani adulti: il progetto HOLISTic;</p> <p>7. Alimentazione per prevenire il cancro;</p> <p>8. Invecchiamento sano: il progetto Food NET.</p>
Metodi didattici	<p>L'insegnamento si avvale di lezioni frontali attraverso l'utilizzo di presentazioni in Power Point, video e materiale di approfondimento (pubblicazioni scientifiche su riviste indicizzate, linee guida delle principali società scientifiche nazionali ed internazionali), messe a disposizione degli studenti nella sezione dedicata all'insegnamento sulla piattaforma moodle KIRO.</p>
Testi di riferimento	<p>Materiale indicato dai docenti ad ogni lezione.</p>
Modalità verifica apprendimento	<p>L'apprendimento viene verificato attraverso:</p> <p>i) Test di autovalutazione in itinere (facoltativi)</p> <p>ii) Esame finale scritto, costituito da domande a risposta multipla e domande in modalità "aperta".</p>
Altre informazioni	<p>/</p>
Obiettivi Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile	<p>Il corso si adatta all'SDG 3 ("Buona salute e benessere"). Gli investimenti per migliorare la nutrizione e la salute, concentrandosi sull'aumento delle conoscenze nutrizionali e sulla sensibilizzazione sui benefici di uno stile di vita sano sono ad oggi cruciali. E' infatti riconosciuto come lo stile di vita, comprese le interazioni tra alimentazione e salute, influenzino profondamente il processo di invecchiamento.</p> <p>In particolare, le abitudini e i comportamenti alimentari sono riconosciuti come importanti fattori modificabili che possono aiutare a raggiungere e mantenere la salute per tutta la vita. L'evidenza epidemiologica suggerisce che un'alimentazione ottimale svolge un ruolo benefico nell'invecchiamento sano e nelle malattie non trasmissibili, comprese le malattie cardio metaboliche, neurodegenerative e oncologiche.</p> <p>\$lbl legenda sviluppo sostenibile</p>