UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI DI MILANO-BICOCCA

SYLLABUS DEL CORSO

Nutrizione: dagli Alimenti Ai New Foods

2324-2-F0901D058

Obiettivi

Gli obiettivi del corso sono:
a) introdurre i principi fondamentali della nutrizione umana e della dietetica;
b) illustrare i principi ormonali del controllo del metabolismo energetico;
c) illustrare le più recenti innovazioni in campo alimentare (ovel food) e le nuove tecniche di coltivazioni per aumentare la sostenibilità ambientale;
d) Infine, cenni su dieto-terapia in diverse condizioni cliniche e utilizzo delle biotecnologie

Contenuti sintetici

Programma esteso

Il corso ha, in particolare, la finalità di:

1. far acquisire le conoscenze fondamentali sulle funzioni nutrizionali dei carboidrati, delle proteine, dei lipidi, delle vitamine e dei sali minerali e sui loro fabbisogni di popolazione ed individuali;
2. fornire le nozioni per il calcolo del fabbisogno energetico nella popolazione in funzione dell'età, sesso e attività fisica;
3. fornire le nozioni fondamentali sulle caratteristiche merceologiche e nutrizionali dei gruppi alimentari;
4. fornire le nozioni fondamentali su caratteristiche di particolari alimenti (bibite fermentate, caffè), sui principali i nutraceutici, gli alimenti funzionali e arricchiti e le norme europee che le vengono a regolamentare (EFSA);
5. far conoscere la nutrizione di base e le principali metodiche per la valutazione della composizione corporea, del dispendio energetico e dello stato nutrizionale e le linee guida per una corretta alimentazione;
6. fornire le basi di biochimica della nutrizione ai fini della comprensione dei meccanismi di digestione,

assorbimento e metabolismo degli alimenti e dei nutrienti e della regolazione della fame e della sazietà e il controllo del peso corporeo;

7. fornire le nozioni principali di biochimica sul controllo del metabolismo energetico, ormonale (insulina-glucagone) e i pathway cellulari;
8. fornire adeguate conoscenze sulla pianificazione di diete nutrizionalmente adeguate soprattutto in condizioni fisiologiche e sul ruolo dei macro e dei micronutrienti sulla salute generale, con l'uso dei LARN, delle Linee Guida per una Sana Alimentazione;
9. fornire conoscenze su Alimentazioni e attività fisica;
10. fornire adeguate conoscenze su economia circolare, sostenibilità e nuove tecniche di coltivazione;
11. fornire conoscenze sui Novel Food (insetti, alghe, meduse, ect) e il cibo del futuro (carne senza animali);
12. Dieto-terapia in varie condizioni cliniche, e possibili interazioni con le biotecnologie
    a. Verrà inquadrato il sovrappeso e l'obesità, anche come fattori causali di altre comorbidità, quali ipertensione, dislipidemie, diabete, iperuricemia. Su queste 5 patologie verteranno le prime 4 ore di intervento.
    b. Dieta e malattie oncologiche, sia in termini preventivi che terapeutici, dieta e malattie neurologiche, osteo-articolari e reumatologiche, nelle allergie alimentari ed altre ipersensibilità a nutrienti specifici.
    c. Il Microbiota come modulatore di rilievo per la risposta a specifici interventi nutrizionali: le ultime 2 ore verranno dedicate alla descrizione dell'attuale know-how sul microbiota, e sui motivi per cui diventerà il target di molti interventi dieto-terapeutici.

Prerequisiti

Modalità didattica

Lezioni frontali

Materiale didattico

Giuseppe Arienti La basi molecolari della nutrizione Ed Piccin
Carla Pignatti Biochimikvca della nutrizione Ed Esculapio

Periodo di erogazione dell'insegnamento

I semestre

Modalità di verifica del profitto e valutazione

Utilizzando 2-3 articoli recenti, su un argomento presentato a lezione, si chiede di preparare una presentazione di circa 15-20 minuti.
L* student* dovrà introdurre l'argomento, illustrare i recenti risultati e discuterne con anche un sua personale riflessione.

Orario di ricevimento

su appuntamento

Sustainable Development Goals

SCONFIGGERE LA FAME | SALUTE E BENESSERE