

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO-BICOCCA

SYLLABUS DEL CORSO

Nutrizione: dagli Alimenti Ai New Foods

2425-2-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

Macronutrienti

Micronutrienti vitamine e minerali

Alimenti Animali, Vegetali, Acqua e Sale

Alcool, Bibite Fermentate e Caffè

Fitocomposti Nutraceutici

Controllo del metabolismo Insulina Glucagone

Controllo genico del metabolismo (AKT AMPK PPAR SCREBP CREBP ect)

Controllo del peso corporeo (fame sazietà digiuno)

Dieta Mediterranea, vegetariana, Dieta chetogenica e le altre

Alimentazione e sport

Alimenti funzionali, EFSA

Novel food Insetti ,Alghe, Meduse e carne coltivata

New food planted-base

Rifiuti o risorse? Economia circolare e sostenibilità

Cibo del futuro, cosa mangeremo nello spazio

Dieto-terapia in varie condizioni cliniche, e possibili interazioni con le biotecnologie

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;
- 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;
- 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 (insulinaglucagone) 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 adequate 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, osteoarticolari 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

DE- Lezioni da 2 ore svolte in modalità erogativa in presenza

Materiale didattico

- 1. La Basi molecolari della nutrizione Giuseppe Arienti V ed. Piccin
- 2. Biochimica della nutrizione Carla Pignatti Esculapio
- 3. Scienza dell'Alimentazione -Anna Maria Giudetti, Raffaelle Cagnazzo, Francesco Cagnazzo Edi. Ermes

Periodo di erogazione dell'insegnamento

I semestre

Modalità di verifica del profitto e valutazione

COLLOQUIO SU ARGOMENTI SVOLTI A LEZIONE E UN APPROFONDIMENTO A SCELTA DELLO STUDENT*.

L* student* dovrà scegliere un argomento svolto a lezione, approfondirlo grazie a una buona e recente bibliografia e preparare una presentazione orale di circa 15-20 minuti.

La presentazione dovrà avere un'introduzione all'argomento, a seguire l'approfondimento con i recenti risultati e la bibliografia; l* student* dovrà discuterne aggiungendo una sua personale riflessione.

Infine, la commissione farà 1-2 domande sulla presentazione e su argomenti trattati a lezione.

Orario di ricevimento

su appuntamento paola.palestini@unimib.it emanuela.cazzaniga@unimib.it

Sustainable Development Goals

SCONFIGGERE LA FAME | SALUTE E BENESSERE | ISTRUZIONE DI QUALITÁ