# **Valutazione nutrizionale degli alimenti**

## Prof. Margherita Dall’Asta

### ***OBIETTIVO DEL CORSO E RISULTATI DI APPRENDIMENTO ATTESI***

### Il Corso si propone di illustrare e approfondire tematiche legate alle caratteristiche nutrizionali degli alimenti e al loro ruolo nella promozione della salute umana. Al temine del corso gli studenti acquisiranno conoscenze relative: a) ai metodi che consentono di valutare la qualità nutrizionale degli alimenti; b) agli alimenti funzionali e ai potenziali effetti sulla salute umana; c) all’etichettatura nutrizionale e alle indicazioni riportate in etichetta (conoscenza e comprensione). Gli studenti saranno quindi in grado di: a) interpretare il valore nutrizionale degli alimenti inserendolo nel contesto di una sana alimentazione; b) possedere capacità di interpretazione delle dichiarazioni nutrizionali e salutistiche riportate in etichetta; c) saper formulare alimenti coerenti con le raccomandazioni nutrizionali o riformulare alimenti per un miglioramento nutrizionale (capacità di applicare conoscenza e comprensione). Gli studenti sapranno inoltre valutare con senso critico le dichiarazioni riportate sui prodotti alimentari o informazioni divulgate su temi legati alle caratteristiche nutrizionali e salutistiche attribuite agli alimenti (autonomia di giudizio). Sapranno, infine, reperire e presentare autonomamente informazioni scientifiche attendibili relative alle caratteristiche nutrizionali degli alimenti e loro effetti sulla salute (capacità di apprendimento).

### **PROGRAMMA DEL CORSO**

|  |  |
| --- | --- |
| CFU | |
| **Parte introduttiva.**  -La nutrizione come strumento per la promozione della salute: principali patologie legate all'alimentazione  -Caratteristiche nutrizionali degli alimenti. Focus sui diversi componenti nutrizionali e sui gruppi alimentari | 0.5 |
| **Criteri di valutazione della qualità nutrizionale degli alimenti**  -Indici per la valutazione della qualità nutrizionale di alimenti ricchi in carboidrati, proteine e lipidi | 1.5 |
| **Componenti funzionali presenti negli alimenti ed effetti sulla salute**  -Focus su fibra alimentare e composti bioattivi ed effetto sulla prevenzione delle patologie non-trasmissibili  a carattere nutrizionale | 1.5 |
| **Etichettatura nutrizionale e indicazioni nutrizionali e salutistiche**  -Etichettatura nutrizionale: concetti generali  -Indicazioni nutrizionali e salutistiche presenti sugli alimenti  -Sistemi di etichettatura nutrizionale *front-of-pack* | 1.5 |
| **ESERCITAZIONI.** Lavori di gruppo su casi studio di interesse nutrizionale proposti dal docente | 1.0 |

***DIDATTICA DEL CORSO***

Le lezioni frontali di tipo teorico, che verranno svolte mediante supporto di presentazioni power point, saranno volte ad esporre i concetti legati al programma del corso. Saranno inoltre organizzati seminari di approfondimento con esperti del settore.

Lo studente affronterà esercitazioni pratiche (lavori di gruppo), svolte in aula, su tematiche relative alla riformulazione di prodotti alimentari e creazione di “dossier scientifici” sulle proprietà nutrizionali e salutistiche degli alimenti.

Il materiale didattico utilizzato per svolgere le lezioni (presentazioni power point) è considerato parte integrante della bibliografia di riferimento e sarà disponibile sulla piattaforma Blackboard.

***BIBLIOGRAFIA***

-EUROPEAN UNION. COUNCIL REGULATION (EC) NO. 1169/2011 ON THE PROVISION OF FOOD INFORMATION TO CONSUMERS. OFF. J. EUR. UNION 2011, L304, 18–63.

-EUROPEAN UNION. COUNCIL REGULATION (EC) NO. 1924/2006 ON NUTRITION AND HEALTH CLAIMS MADE ON FOODS. OFF. J. EUR. UNION 2006, L404, 9–26.

-SOCIETÀ ITALIANA DI NUTRIZIONE UMANA (SINU). LIVELLI DI ASSUNZIONE DI RIFERIMENTO DI NUTRIENTI ED ENERGIA PER LA POPOLAZIONE ITALIANA (LARN) -IV REVISIONE- (2014).

-CREA. LINEE GUIDA PER UNA SANA ALIMENTAZIONE (2018). <https://www.crea.gov.it/web/alimenti-e-nutrizione/-/linee-guida-per-una-sana-alimentazione-2018>

***METODO E CRITERI DI VALUTAZIONE***

La verifica dell’apprendimento verrà valutata mediante esame scritto. La prova si baserà su domande, sia aperte che chiuse, relative agli argomenti trattati a lezione. Saranno previste 3 domande aperte (a cui verranno attribuiti da 0 a 5 punti in relazione alla completezza della risposta data) e 15 domande a risposta chiusa (a cui verranno attribuiti 1 punto per ciascuna domanda corretta e 0 punti per le domande con risposta sbagliata o prive di risposta). I lavori di gruppo svolti durante le ore di esercitazione sono obbligatori per il superamento dell’esame. Nel caso in cui lo studente non possa partecipare alle esercitazioni, sarà necessario concordare con il docente una eventuale attività alternativa. I lavori di gruppo, o l’eventuale attività alternativa, verranno valutati in seguito alla presentazione da parte degli studenti, attribuendo un punteggio da 0 a 2 punti sulla base della completezza, chiarezza espositiva e padronanza del lessico specifico della disciplina. Il punteggio ottenuto con i lavori di gruppo si sommerà alla valutazione della prova scritta concorrendo alla votazione finale

***AVVERTENZE E PREREQUISITI***

Lo studente dovrebbe possedere nozioni di base di biochimica e nutrizione umana per cui, se necessario, potrà richiedere al docente materiale integrativo.

***ORARIO E LUOGO DI RICEVIMENTO DEGLI STUDENTI***

La prof. Margherita Dall’Asta riceve gli studenti al termine delle lezioni.