



Istituto d'Istruzione Superiore "Federico Flora"

Istituto Tecnico per il Turismo

Istituto Professionale per i Servizi

Commerciali – Enogastronomia e Ospitalità Alberghiera –

Sanità e Assistenza Sociale – Arti ausiliarie Professioni Sanitarie: Ottico



Sito Web:

www.istitutoflora.gov.it

e-mail:

pnis00800v@istruzione.it

Casella Posta Certificata:

pnis00800v@pec.istruzione.it

C.f.:

80009070931

Programma svolto

Anno scolastico: 2021/2022

Istituto	Indirizzo:	articolazione:
PROFESSIONALE	SERVIZI PER L'ENOGASTRONOMIA E L'OSPITALITÀ ALBERGHIERA	CUCINA

classe: 5 AKC

Disciplina: SCIENZA E CULTURA DELL'ALIMENTAZIONE

docente: DE GREGORIO MARIKA

Libro di testo:	"Scienza e Cultura dell'Alimentazione" A. Machado Ed. Poseidonia Scuola
-----------------	---

MODULI DISCIPLINARI

In grassetto sono individuati dall'insegnante I NUCLEI TEMATICI FONDANTI di ogni modulo

	MODULO 1: CONSOLIDAMENTO DELLE CONOSCENZE RIGUARDO I PRINCIPI NUTRITIVI E L'ALIMENTAZIONE EQUILIBRATA	Ottobre ore
1.1	Classificazione degli alimenti e caratteristiche generali dei gruppi alimentari	1
1.2	LARN, apporto qualitativo e quantitativo per una dieta equilibrata e fabbisogno energetico nutrizionale	1
1.3	Metabolismo basale, Fabbisogno energetico giornaliero, indice di massa corporea	1

Totale ore dedicate al modulo: 3

	MODULO 2: L'ALIMENTAZIONE NELL'ERA DELLA GLOBALIZZAZIONE	Ottobre/ Novembre ore
2.1	Nuovi prodotti alimentari Alimenti light, arricchiti, fortificati Alimenti funzionali: probiotici, simbiotici, prebiotici, antiossidanti, fitosteroli	3
2.2	Generalità sui Novel Food e OGM	1
2.3	I cinque colori del benessere e i Super Foods: sostanze protettive presenti negli alimenti	5

Totale ore dedicate al modulo: 9

	MODULO 3: LA DIETA IN CONDIZIONI FISIOLOGICHE	Novembre/ Gennaio ore
3.1	La dieta della gestante, Toxoplasmosi e gravidanza	2
3.2	La dieta della nutrice. Composizione del latte materno e vaccino a confronto. I lattini artificiali	2
3.3	La dieta nel lattante. L'alimentazione complementare	2
3.4	La dieta dell'adolescente	2
3.5	La dieta dell'adulto	2
3.6	La dieta nella terza età	1
3.7	Dieta Mediterranea: storia di Ancel Keys, caratteristiche e rappresentazione grafica (piramide). La sostenibilità ambientale nella filiera agro-alimentare	5
3.8	Generalità sulle diete vegetariane	3
3.9	La dieta e lo sport: vie metaboliche, dieta dell'allenamento, pre-gara, post gara. Colpo di calore e classificazione delle attività sportive	3

Totale ore dedicate al modulo: 22

	MODULO 4: LA RISTORAZIONE	Febbraio ore
4.1	L'alimentazione nella ristorazione collettiva: <ul style="list-style-type: none">• Generalità sulle diverse tipologie di ristorazione• Formulazione del menu• La ristorazione di servizio per comunità: mense scolastiche, aziendali e delle case di riposo• Norme di sicurezza alimentare e sostenibilità nella ristorazione collettiva	4

Totale ore dedicate al modulo: 4

	MODULO 5: LA DIETA NELLE PRINCIPALI PATOLOGIE	Febbraio/ Aprile ore
5.1	La dieta nelle malattie cardiovascolari: <ul style="list-style-type: none"> • Generalità e prevenzione delle malattie cardiovascolari • Indicazioni dietetiche per ipertensione arteriosa, iperlipidemie (ipercolesterolemia e ipertrigliceridemia) e aterosclerosi 	4
5.2	La dieta nelle malattie metaboliche: <ul style="list-style-type: none"> • Diabete mellito di tipo I e II e gestazionale: caratteristiche e indicazioni dietetiche. Definizione di indice glicemico e glicemia • Sindrome metaboliche: definizione e complicanze • Obesità: caratteristiche e indicazioni dietetiche • Iperuricemia: caratteristiche e indicazioni dietetiche • Fenilchetonuria: caratteristiche e indicazioni dietetiche 	5
5.3	La dieta nelle malattie dell'apparato digerente: <ul style="list-style-type: none"> • Generalità sui disturbi gastrointestinali: reflusso gastroesofageo, gastrite ed ulcera, meteorismo e flatulenza, stipsi, diverticolosi e diverticolite, diarrea, sindrome del colon irritabile 	2
5.4	Allergie ed intolleranze alimentari: <ul style="list-style-type: none"> • Caratteristiche generali delle reazioni avverse al cibo • Principali allergie alimentari • Intolleranze alimentari: intolleranza al lattosio, celiachia, favismo • Diete speciali nella ristorazione collettiva 	4
5.5	Alimentazione e tumori: <ul style="list-style-type: none"> • Definizione e classificazione • Sostanze cancerogene presenti negli alimenti • Sostanze protettive presenti negli alimenti 	3
5.6	I disturbi del comportamento alimentare: <ul style="list-style-type: none"> • Anoressia nervosa, bulimia nervosa e BED 	4

Totale ore dedicate al modulo: 22

	MODULO 6: IL RISCHIO E LA SICUREZZA NELLA FILIERA ALIMENTARE	Aprile/Maggio ore
6.1	Contaminazione fisico-chimica degli alimenti: <ul style="list-style-type: none"> • Generalità • Micotossine • Radionuclidi • Caratteristiche generali su fitofarmaci, zoo farmaci, sostanze cedute da imballaggi per alimenti • Principali contaminazione da metalli pesanti 	2
6.2	Contaminazione biologica degli alimenti: <ul style="list-style-type: none"> • Agenti biologici responsabili di malattie trasmesse con gli alimenti • I prioni • I virus • Tossinfezioni alimentari: salmonellosi, listeriosi, tossinfezione da <i>Bacillus Cereus</i>, tossinfezione da <i>Clostridium Perfringens</i>, botulismo 	4

	<ul style="list-style-type: none"> • I funghi microscopici • Parassitosi intestinali: <ul style="list-style-type: none"> - protozoi: amebiasi e toxoplasmosi - elmintiasi: teniasi e anisakidosi 	
--	---	--

Totale ore dedicate al modulo: 6

	MODULO 7: IL SISTEMA HACCP	Maggio ore
7.1	Autocontrollo e HACCP: fasi preliminari e principi dell'HACCP, gestione del CCP	3

Totale ore dedicate al modulo: 3

	ESERCITAZIONI SCRITTE, ORALI/MAPPE DI COLLEGAMENTO IN PREVISIONE DELL'ESAME DI STATO	Dopo il 15 maggio
--	---	----------------------

**COMPETENZE CHIAVE DI CITTADINANZA
(OBIETTIVI EDUCATIVO – DIDATTICI TRASVERSALI – ED. CIVICA)**

Per le competenze europee di cittadinanza e per gli obiettivi educativo-didattici trasversali si rimanda alle Programmazioni di Dipartimento e dei Consigli di Classe.

PER L'INSEGNAMENTO DELL'ED. CIVICA SI È SVILUPPATO DURANTE L'ANNO IL SEGUENTE MODULO:

MACROAREA	ARGOMENTO	OBIETTIVI	I° QUADRIMESTRE	II° QUADRIMESTRE
LO SVILUPPO SOSTENIBILE	I consumi e la produzione alimentare responsabile	Comprendere l'importanza delle risorse alimentari e il loro utilizzo responsabile	5 h	

Pordenone, 10 giugno 2022

Il docente

prof.ssa Marika De Gregorio