



**Istituto Paritario “Sandro Pertini”**

Via Mercatello, 84 064121 Montoro (AV)

**PROFESSIONALE SETTORE SERVIZI ENOGASTRONOMIA E OSPITALITA' ALBERGHIERA**

**SCIENZA E CULTURA DELL' ALIMENTAZIONE**

**Classe V<sup>^</sup>SEZ.A**

**PROGRAMMA**

**Ripasso argomenti della classe IV: principi nutritivi, cottura e conservazione degli alimenti.**

**La contaminazione degli alimenti**

-I batteri, la crescita batterica, i lieviti, le muffe, i fattori di crescita dei microrganismi.

-La contaminazione biologica da batteri: fonti e modalità delle contaminazioni. Fonti esogene, endogene; contaminazione diretta, indiretta, crociata. Infezioni, intossicazioni, tossinfezioni alimentari. Principali batteri patogeni: clostridi, bacilli, stafilococchi, Enterobacteriacee, Lysteriamonocytogenes, Campylobacter. Altre contaminazioni biologiche: virus ed epatiti, prioni e BSE.

-La contaminazione fisica: radionuclidi e contaminazione particellare.

-La contaminazione chimica: fitofarmaci, fertilizzanti, zoofarmaci, metalli pesanti, residui da imballaggi. Contaminanti naturali: fattori anti nutrizionali, ammine pressorie e micotossine. Additivi chimici e tossicità.

**La prevenzione delle contaminazioni**

-Elementi fondamentali di sanificazione: detergenza, disinfezione, disinfestazione.

-I comportamenti corretti: l'igiene del personale, delle attrezzature, degli impianti e degli ambienti. L'igiene nella manipolazione degli alimenti.

-Il Pacchetto Igiene e il sistema HACCP.

## **La qualità degli alimenti**

-Il concetto di qualità totale.

-La qualità organolettica: aspetto, colore, odore, sapore, consistenza. La qualità nutrizionale: valore nutrizionale-calorico degli alimenti. La qualità del servizio: comodità d'uso, convenienza, ambiente e arredi, menu specifici. La qualità tecnologica: produzione e conservazione.

-Marchi di qualità: DOP, IGP, STG, alimenti biologici. Certificazioni volontarie.

-Le frodi alimentari.

## **L'alimentazione equilibrata**

-Bioenergetica: peso ideale, IMC, fabbisogno energetico.

-Alimentazione equilibrata; LARN; linee guida per una corretta alimentazione. Gli stili alimentari: dieta mediterranea, dieta vegetariana.

## **L'alimentazione nelle diverse età e condizioni fisiologiche**

-L'alimentazione del neonato e del bambino.

-L'alimentazione dell'adolescente.

-L'alimentazione dell'adulto.

-L'alimentazione dell'anziano.

-L'alimentazione in gravidanza e durante l'allattamento.

-L'alimentazione dello sportivo.

## **Dietoterapia**

-Sovrappeso e obesità.

-Diabete mellito e gotta.

-Dislipidemie e ipertensione.

-Intolleranze alimentari: celiachia e intolleranza al lattosio. Allergie alimentari.

-Dieta e tumori.

-Classificazione degli alimenti. Nuovi prodotti alimentari: integrali, light, fortificati. Functional food: probiotici e prebiotici; prodotti dietetici e integratori alimentari. Cenni di OGM.

## **Le diverse culture alimentari**

Cenni sulle culture alimentari in Europa e nel mondo

Il Docente