



Università  
per Stranieri  
di Perugia

**Anno Accademico 2022-2023**

## **PROGRAMMA D'ESAME**

Laurea: **Made in Italy, cibo e ospitalità**

Insegnamento: **Alimentazione e Salute**

Curriculum: **Insegnamento**

Anno di corso: **III**

Semestre: **II**

Docente: **Cecilia Acuti Martellucci**

SSD: **MED/49**

CFU: **6**

Carico di lavoro globale: **150 ore**

Ripartizione del carico di lavoro: **40 ore di lezione e  
110 ore di studio individuale**

Lingua di insegnamento: **Italiano**

## **PREREQUISITI**

---

Non sono necessarie specifiche conoscenze pregresse, tutta via all'inizio del corso saranno verificate ed eventualmente recuperate alcune conoscenze di base di biologia (funzioni principali dei macronutrienti nell'organismo umano).

## **OBIETTIVI FORMATIVI**

---

### Conoscenze e comprensione

1. Conoscere e saper categorizzare i principali alimenti, macronutrienti, e molecole.
2. Conoscere nozioni di base sul metabolismo dei principali macronutrienti (carboidrati, proteine, grassi, e vitamine) e sul fabbisogno energetico.
3. Conoscere le principali patologie legate all'alimentazione: sindrome metabolica, ipercolesterolemia primaria e secondaria, carenze od eccessi nutrizionali generali o specifici (ad esempio l'ipotiroidismo da carenza iodica o le ipovitaminosi), difetti enzimatici specifici (ad esempio il favismo) e dell'assorbimento degli alimenti (ad esempio l'emocromatosi).
4. Conoscere la differenza tra intolleranze ed allergie, e le 14 classi di allergeni.
5. Conoscere i molteplici ostacoli che rendono difficoltoso distinguere cosa fa bene e cosa fa male: dalla differenza tra asserzioni, ipotesi, e fatti, alle inesattezze e contraddizioni nell'editoria sul cibo e sulle diete, infine alle sfide della ricerca scientifica in campo nutrizionale (confondimento, bias, e causalità inversa).
6. Saper identificare le conseguenze del marketing del cibo, e i rischi della mancanza di una cultura alimentare.
7. Conoscere i principali disturbi comportamentali legati al cibo, inclusi i disordini psichiatrici, le diete estreme, e l'utilizzo inconsapevole di regimi alimentari dannosi.
8. Conoscere la differenza tra infezioni, tossinfezioni, e intossicazioni alimentari, e i principali microrganismi patogeni che possono causarle.
9. Conoscere le principali tecniche di conservazione dei cibi.
10. Conoscere le certificazioni ISO nel campo della sicurezza alimentare.
11. Conoscere il regolamento europeo sulla qualità dei prodotti alimentari, e le tipologie di frodi alimentari più frequenti.
12. Conoscere gli effetti della globalizzazione sull'alimentazione, in particolare i fattori che incidono sul rischio di zoonosi.

### Abilità attese

Al termine del corso lo studente sarà in grado di:

- saper identificare gli elementi di una dieta ed uno stile di vita sano, e saper analizzare criticamente gli studi scientifici a supporto o a detrimento di tali elementi;
- utilizzare le tecniche di igiene alimentare e conservazione dei cibi per prevenire infezioni, tossinfezioni, e intossicazioni alimentari, ma anche crisi allergiche o dovute a patologie autoimmuni;
- saper applicare la tecnica HACCP.

## **CONTENUTO DEL CORSO**

---

L'insegnamento ha come obiettivo finale quello di trasmettere la molteplicità degli effetti dell'alimentazione sulla salute umana, sia individuale che collettiva. L'insegnamento intende dare inizialmente una panoramica dalle principali patologie legate alla nutrizione, sia organiche che comportamentali, ma anche dei rischi e dei benefici connessi agli alimenti. L'insegnamento intende altresì contestualizzare la ricerca scientifica in ambito nutrizionale, in special modo la difficoltà estrema di identificare prove definitive a supporto o a detrazione di specifici alimenti o macronutrienti, contrapponendovi la eccessiva e infondata proliferazione di libri su diete e alimentazione. Si intende quindi fornire gli strumenti per comprendere gli effetti del marketing degli alimenti sui consumi alimentari, nonché sugli effetti di tali consumi sulla salute delle popolazioni. Infine, il corso intende dare le basi della disciplina della sicurezza alimentare, e quindi conoscenze su: infezioni, tossinfezioni, e intossicazioni, e i microrganismi che le causano, ma anche intolleranze ed allergie alimentari, il regolamento della qualità degli alimenti, e i metodi di certificazione quali l'HACCP.

## **METODI DIDATTICI**

---

### Per studenti frequentanti

Didattica frontale, problem-based-learning, e lavori di gruppo con esposizione finale. Sul sito di Ateneo LOL saranno reperibili testi, articoli, e pagine web per approfondimento.

### Per studenti non frequentanti

Studio individuale, con consultazione della docente nel corso del ricevimento. È inoltre consigliata la consultazione della piattaforma d'Ateneo LOL.

Nel caso in cui le condizioni generali relative all'emergenza epidemiologica lo richiedano, saranno adottate modalità di didattica mista (che integrino l'insegnamento in presenza e quello a distanza) o modalità didattiche completamente a distanza, anche grazie alle piattaforme digitali a disposizione.

## **MODALITÀ DI ACCERTAMENTO**

---

Lavoro in itinere (breve presentazione) ed esame finale scritto e orale. I non frequentanti svolgeranno la prova finale scritta ed orale. La partecipazione alla prova in itinere può garantire un voto più alto in corso di esame finale.

## **TESTI DI RIFERIMENTO**

---

### Per frequentanti e non frequentanti:

- Consiglio per la ricerca in agricoltura e l'analisi dell'economia agraria (CREA). Linee Guida per una sana alimentazione. ed. 2018.
- Marton AM et al. Science, advocacy, and quackery in nutritional books: an analysis of conflicting evidence and purported claims of nutritional best-sellers. Palgrave Communications 6: 43 (2020). <https://www.nature.com/articles/s41599-020-0415-6>

## TESTI DI CONSULTAZIONE E APPROFONDIMENTO

---

- Walter Willett. Nutritional Epidemiology (Monographs in Epidemiology and Biostatistics). Oxford, third edition.
- Commissione delle Comunità Europee. Libro bianco sulla sicurezza alimentare. Bruxelles, 12.01.2000. [http://www.salute.gov.it/imgs/C\\_17\\_pubblicazioni\\_1553\\_allegato.pdf](http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_1553_allegato.pdf)
- Commissione delle Comunità Europee. Principi Generali della legislazione in materia alimentare nell'Unione Europea - Libro verde della Commissione. Bruxelles, 30.04.1997. (Parti I, III, e IV) [http://www.salute.gov.it/imgs/C\\_17\\_pubblicazioni\\_2643\\_allegato.pdf](http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2643_allegato.pdf)

## ALTRE INFORMAZIONI

---

Si raccomanda una frequenza assidua. Lo status di frequentante sarà verificato mediante raccolta delle presenze in aula. Lo status di frequentante resta valido fino alla conclusione del ciclo di appelli previsti dal Regolamento didattico di Ateneo.

Per ulteriori informazioni la docente può essere contattata direttamente all'indirizzo di posta istituzionale [cecilia.martellucci@unistrapg.it](mailto:cecilia.martellucci@unistrapg.it)

Il ricevimento è indicato sul sito d'Ateneo, reperibile al link: <https://www.unistrapg.it/it/studiare-un-ateneo-internazionale/corsi-di-laurea-e-laureamagistrale/informazioni-corsi-di-laurea/docenti-contatti-e-orari-di-ricevimento>.