

Programma di **Scienza e Cultura dell'Alimentazione** - anno scolastico 2019/2020

Classe: **V AA**

Docente: prof.ssa **Maria Franca Perniola**

**Diete, salute e benessere:** dieta equilibrata, diete e benessere, dieta mediterranea, la piramide della dieta mediterranea, dieta e sport, stili alimentari.

**Alimentazione nelle diverse età:** alimentazione nelle diverse età, alimentazione e salute, alimentazione e nutrizione, alimentazione e nutrizione, alimentazione complementare, dieta del bambino, alimentazione dell'adolescente, dieta dell'adulto, dieta in gravidanza, dieta della nutrice, dieta in menopausa, dieta nella terza età.

**Alimentazione e ristorazione:** la ristorazione, tipologie di ristorazione, ristorazione commerciale, ristorazione commerciale, ristorazione alberghiera, ristorazione tipica, ristorazione veloce, ristorazione viaggiante, catering e banqueting, la ristorazione di servizio, formulazione dei menu, ristorazione scolastica, aziendale, case di riposo, ospedaliera.

**Alimentazione e malattie cronic-degenerative:** alimentazione e malattie cronic-degenerative, ipertensione arteriosa, consigli dietetici nell'ipertensione, iperlipidemie, aterosclerosi, dieta e prevenzione dell'aterosclerosi, diabete mellito, classificazione del diabete mellito, consigli dietetici nel diabete, alimentazione e cancerogenesi, fattori cancerogeni, consigli dietetici e prevenzione dei tumori.

**Alimentazione, obesità e disturbi alimentari:** obesità, tipi di obesità, prevenzione e trattamento dell'obesità, disturbi alimentari, tipologie di disturbi alimentari (anoressia, bulimia, disturbo da alimentazione incontrollata).

**Allergie e intolleranze alimentari:** reazioni avverse al cibo, allergie alimentari, intolleranze alimentari (intolleranza al lattosio e consigli dietetici), la celiachia e consigli dietetici

**Turismo enogastronomico in Italia** ( cibo da strada e dieta mediterranea)