

## PROGRAMMA DEL CORSO DI SICUREZZA E QUALITA' ALIMENTARE NELLO SPORT

### SETTORE SCIENTIFICO

MED/49 (MEDS-08/C)

### CFU

9

### ATTIVITÀ DIDATTICA INTERATTIVA (DI)

Le attività di Didattica interattiva consistono, per ciascun CFU, in un'ora dedicata alle seguenti tipologie di attività:

Redazione di un elaborato Partecipazione a una web conference Partecipazione al forum tematico Lettura area FAQ  
Svolgimento delle prove in itinere con feedback

### TESTI CONSIGLIATI

C. Peri, V. Lavelli, A. Marjani. Qualità nelle aziende e nelle filiere agro-alimentari. Hoepli Ed., 2004.

L. Bacci, S. Rabazzi. Il manuale della rintracciabilità. EPC Libri Ed., 2007.

### MODALITÀ DI VERIFICA DELL'APPRENDIMENTO

L'esame può essere sostenuto sia in forma scritta che in forma orale.

Gli appelli orali sono previsti nella sola sede centrale. L'esame orale consiste in un colloquio con la Commissione sui contenuti del corso. L'esame scritto consiste nello svolgimento di un test con 30 domande. Per ogni domanda lo studente deve scegliere una di 4 possibili risposte. Solo una risposta è corretta. Sia le domande orali che le domande scritte sono formulate per valutare il grado di comprensione delle nozioni teoriche e la capacità di ragionare utilizzando tali nozioni. Le domande sulle nozioni teoriche consentiranno di valutare il livello di comprensione. Le domande che richiedono l'elaborazione di un ragionamento consentiranno di valutare il livello di competenza e l'autonomia di giudizio maturati dallo studente.

### PROGRAMMA DIDATTICO: ELENCO VIDEOLEZIONI/MODULI

- 1) Sicurezza alimentare
- 2) Le politiche dell'Unione europea per garantire la sicurezza alimentare
- 3) Le politiche dell'Unione europea: i controlli su animali, mangimi e piante
- 4) I sistemi di tracciabilità e la certificazione di qualità
- 5) Sicurezza alimentare e gli aspetti igienico sanitari
- 6) Principali tossinfezioni alimentari
- 7) Metodi di conservazione degli alimenti
- 8) Salubrità e genuinità degli alimenti e le frodi commerciali
- 9) Additivi alimentari
- 10) Sistema HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Point)
- 11) Sport e alimentazione
- 12) Carboidrati e lipidi: le giuste scelte dell'atleta
- 13) Le proteine
- 14) I minerali nella dieta
- 15) Principali caratteristiche di alcuni dei minerali presenti nella dieta dell'atleta
- 16) Le vitamine
- 17) L'importanza di un corretto riequilibrio idro-elettrolitico nello sport agonistico e amatoriale
- 18) L'acqua: un nutriente essenziale per lo sportivo
- 19) Regole per un'alimentazione di qualità per l'atleta
- 20) Cenni sul fabbisogno energetico e peso corporeo nello sportivo
- 21) Il sistema agroalimentare
- 22) La PAC e la sicurezza dell'agroalimentare
- 23) Orientamenti produttivi delle imprese agroalimentari
- 24) Prodotti innovativi e prodotti pronti al consumo: tipologia e caratteristiche
- 25) Aspetti igienico-sanitari dei prodotti di IV gamma
- 26) I probiotici e la salute del tratto gastrointestinale nell'atleta
- 27) Sport e integrazione probiotica: una sana abitudine
- 28) Somministrazione di probiotici nell'atleta
- 29) Il microbiota intestinale

- 30) Meccanismo d'azione e principali funzioni del microbiota
- 31) Alimentazione e malattie metaboliche
- 32) Probiotici, prebiotici e simbiotici
- 33) Meccanismi di azione e applicazione dei probiotici
- 34) Relazione tra microbiota, attività fisica e dieta
- 35) Evidenze su microbiota, dieta e attività fisica
- 36) Diabete mellito di tipo 2 e microbiota intestinale
- 37) Sport di resistenza e microbiota intestinale
- 38) Raccomandazioni e accorgimenti per la correzione della disbiosi: la dieta a basso contenuto di FODMAP
- 39) Raccomandazioni e accorgimenti per la correzione della disbiosi la dieta a basso contenuto di FODMAP
- 40) I disturbi alimentari
- 41) I disturbi alimentari nello sport
- 42) Integratori nello sport
- 43) Integratori nello sport: normativa e sorveglianza
- 44) Funzioni e controlli degli integratori alimentare
- 45) Vendita e acquisto degli integratori
- 46) Sport e supplementazione amminoacidica
- 47) Integratori proteici: caratteristiche
- 48) Supplementazione glucidica e lipidica
- 49) Integrazione con glicerolo, vitamine e sali minerali
- 50) Supplementazione con oligoelementi e prodotti a fini dimagranti
- 51) Supplementi per articolazioni, a fini dimagranti e creatina
- 52) Supplementazione di colina e piruvato e origine del doping
- 53) Doping e sostanze proibite
- 54) Sostanze dopanti e controlli anti-doping

## **RISULTATI DI APPRENDIMENTO ATTESI**

Conoscenza e comprensione:

1) conoscere e descrivere le caratteristiche della sicurezza e qualità alimentare (ob A e C);

2) conoscere i principali organi vigenti in ambito alimentare (ob A e C),

Capacità di applicare conoscenza e comprensione:

1) conoscere i principali strumenti in ambito alimentare (ob A,B, C);

2) Conoscere e comprendere il ruolo dei diversi nutrienti nell'alimentazione dell'atleta (ob A e C);

3) Comprendere il ruolo dei probiotici e dei prebiotici per l'atleta (ob A e C).

Autonomia di giudizio:

1) Esaminare pubblicazioni scientifiche (ob B e C);

2 ) Individuare soluzioni specifiche per promuovere la salute individuale e pubblica(ob B e C).

Capacità di apprendimento:

1) Discriminare le fonti approvate dei motori di ricerca sul web (ob. C).

Capacità comunicative:

1) Partecipare ai tavoli di discussione ed intervenire in modo pertinente (ob. B e C);

2) Rielaborare criticamente, con completa padronanza disciplinare, le nozioni acquisite (ob. B e C);

3) Trasferire le conoscenze maturate, con capacità espositiva e padronanza dei linguaggi specifici (ob. B e C).

Capacità di apprendimento:

1) Saper organizzare le conoscenze acquisite durante il corso come base per la prosecuzione degli studi (ob. C).

## **OBIETTIVI FORMATIVI PER IL RAGGIUNGIMENTO DEI RISULTATI DI APPRENDIMENTO PREVISTI NELLA SCHEDA SUA**

L' insegnamento ha l'obiettivo di:

approfondire i principi della sicurezza alimentare, della qualità alimentare e degli organi di controllo preposti a garantire tali principi; approfondire la conoscenza delle leggi vigenti in merito alla sicurezza e qualità alimentare.

Obiettivi formativi da conseguire al termine del corso: ·

A) Sviluppare una terminologia scientifica specifica, in particolar modo nell'ambito della sicurezza e qualità alimentare;

B) Sviluppare il proprio senso critico in relazione all'ambito della sicurezza e qualità alimentare;

C) Diffondere le conoscenze acquisite in un modo appropriato anche nel prosieguo professionale.

## **ATTIVITÀ DIDATTICA EROGATIVA (DE)**

Le attività di didattica erogativa consistono, per ciascun CFU, nell'erogazione di 6 videolezioni corredate di testo e questionario finale.

Il format di ciascuna videolezione prevede il video registrato del docente che illustra le slide costruite con parole chiave e schemi esemplificativi. Il materiale testuale allegato a ciascuna lezione corrisponde a una dispensa (PDF) composta da almeno 10 pagine con le informazioni necessarie per la corretta e proficua acquisizione dei contenuti trattati durante la lezione. Attività di autoverifica degli apprendimenti prevista al termine di ogni singola videolezione consiste in un questionario costituito da 10 domande, a risposta multipla.