

PROGRAMMA DEL CORSO DI L'ANALISI DEL MICROBIOTA INTESTINALE NELLO SPORTIVO: APPROCCI DIETETICI E INTEGRATIVI

SETTORE SCIENTIFICO

MED/49 (MEDS-08/C)

CFU

6

OBIETTIVI

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

L'insegnamento ha l'obiettivo di:

Approfondire i concetti base relativi a struttura e funzioni dell'apparato digerente, utili per la comprensione dei meccanismi

fisiopatologici connessi

Approfondire le informazioni relative all'analisi del microbiota intestinale, fornendo definizione, informazioni sul ruolo e sottolineando l'importanza del mantenimento di una condizione di eubiosi intestinale

Approfondire il ruolo svolto dall'attività fisica nella modificazione del microbiota intestinale

Fornire esempi relativi ai possibili approcci dietetici e integrativi di intervento

OBIETTIVI FORMATIVI:

A) Dimostrare di possedere le capacità di apprendimento utili al fine di incrementare autonomamente la conoscenza di nuovi aspetti emergenti nell'ambito dell'analisi del microbiota intestinale nello sportivo e dei relativi approcci dietetici e integrativi

B) Dimostrare di saper esaminare e argomentare in modo critico le informazioni acquisite attraverso la letteratura proposta

RISULTATI DI APPRENDIMENTO ATTESI

- Conoscenza e capacità di comprensione

1) Acquisire le basi relative all'apparato digerente (obiettivo A)

2) Approfondire le conoscenze relative alla disbiosi intestinale (obiettivo A)

-Capacità di applicare conoscenza e comprensione

1) Comprendere l'importanza dell'analisi del microbiota intestinale (obiettivo A)

2) Acquisire conoscenze in merito al collegamento del microbiota intestinale con altri organi (obiettivo A)

Autonomia di giudizio:

1) Sfruttare le informazioni relative al microbiota umano per integrarle nella gestione di un programma di allenamento (obiettivo B)

- Autonomia di giudizio

1) Esaminare ed interpretare articoli scientifici (obiettivi A e B)

2) Identificare soluzioni specifiche e razionali per promuovere l'eubiosi e la salute (obiettivi A e B)

3) Discriminare tra fonti convalidate dei motori di informazione e ricerca sul web (obiettivi A e B)

- Capacità comunicative

1) Illustrare a colleghi e al pubblico le conoscenze acquisite (obiettivi A e B),

2) Motivare ed indirizzare gli individui verso uno stile di vita che favorisca l'eubiosi (obiettivi A e B)

- Capacità di apprendimento

Interiorizzare i contenuti del corso per poterli sfruttare nel contesto lavorativo di appartenenza e per gli studi successivi (obiettivi A e B)

RISORSE

Il modello didattico è basato sull'utilizzo delle dispense del docente, soprattutto per la verifica in sede di esame. Per ulteriori approfondimenti di carattere volontario in relazione agli argomenti trattati in ogni videolezione, si consiglia di fare riferimento alla bibliografia contenuta in calce alle dispense ad esse correlate.

DESCRIZIONE

Il corso è articolato in tre macro-argomenti:

Struttura e funzioni dell'apparato digerente e caratteristiche del microbiota intestinale

Metodologie di analisi del microbiota intestinale

Ruolo dell'attività fisica e degli approcci dietetici (dieta e supplementi) nella modificazione del microbiota intestinale

Elenco delle Videolezioni:

L'organo dimenticato

Apparato digerente - struttura, anatomia, istologia

Il microbiota

Funzioni del microbiota

Variazioni del microbiota intestinale

Variazioni del microbiota intestinale in condizioni patologiche

La disbiosi

Diversi tipi di disbiosi

Tecniche di analisi

Importanza della metagenomica

Nuove scoperte continue

Asse intestino-estrogeni

Il microbiota e l'attività fisica

Microbiota e sport di resistenza

Microbiota cutaneo e sport

Esercizio e microbiota

Asse intestino-cervello

Asse fegato-intestino

Microbiota e obesità

Microbiota e osteoporosi

Trapianto microbiota fecale

Il superdonatore

Idrocolonterapia

Oltre il microbiota intestinale

Allergie e microbiota

Antibiotico resistenza

Terapia probiotica

Alimentazione, probiotici e attività fisica

Probiotici e trattamento di interferenza microbica

Approccio personalizzato

ATTIVITÀ DIDATTICA INTERATTIVA (DI)

Le attività di Didattica Interattiva (TEL-DI) consistono, per ciascun CFU, in 2 ore erogate in modalità sincrona su piattaforma Class, svolte dal docente anche con il supporto del tutor disciplinare, e dedicate a una o più tra le seguenti tipologie di attività:

- sessioni live, in cui il docente guida attività applicative, stimolando la riflessione critica e il confronto diretto con gli studenti tramite domande in tempo reale e discussioni collaborative;
- webinar interattivi, arricchiti da sondaggi e domande dal vivo, per favorire il coinvolgimento attivo e la costruzione della conoscenza;
- laboratori virtuali collettivi, in cui il docente guida esperimenti, attività pratiche o l'analisi di casi di studio, rendendo l'apprendimento un'esperienza concreta e partecipativa;

Tali attività potranno essere eventualmente supportate da strumenti asincroni di interazione come per esempio:

- forum;
- wiki;
- quiz;
- glossario.

Si prevede l'organizzazione di almeno due edizioni di didattica interattiva sincrona nel corso dell'anno accademico. Si precisa che il ricevimento degli studenti, anche per le tesi di laurea, non rientra nel computo della didattica interattiva.

ATTIVITÀ DIDATTICA EROGATIVA (DE)

Le attività di Didattica Erogativa consistono, per ciascun CFU, nell'erogazione di 5 videolezioni della durata di circa 30 minuti. A ciascuna lezione sono associati:

- una dispensa (PDF) di supporto alla videolezione oppure l'indicazione di capitoli o paragrafi di un ebook di riferimento, scelto dal docente tra quelli liberamente consultabili in piattaforma da studentesse e studenti;
- un questionario a risposta multipla per l'autoverifica dell'apprendimento.

AGENDA

/**/

RECAPITI

Prof.ssa Claudia Vetrani (claudia.vetrani@unipegaso.it)

Prof. Luigi Barrea (luigi.barrea@unipegaso.it)

Per gli orari del ricevimento on-line verificare sulla pagina docenti o inviare una mail ai docenti.

AGENDA

Nella sezione Informazioni Appelli, nella home del corso, per ogni anno accademico vengono fornite le date degli appelli d'esame.

Le attività di didattica interattiva sincrona sono calendarizzate in piattaforma nella sezione Class.

Le attività di ricevimento di studenti e studentesse sono calendarizzate nella sezione Ricevimento Online.

VERIFICA

L'esame può essere sostenuto sia in forma scritta che in forma orale. L'esame orale consiste in un colloquio con la Commissione sui contenuti dell'insegnamento. L'esame in forma scritta consiste nello svolgimento di un test composto da 31 domande. Per ogni domanda lo studente deve scegliere una delle 4 possibili risposte. Solo una risposta è corretta e, in caso di risposte errate o mancanti, non sarà attribuita alcuna penalità. Rispondendo correttamente a tutte le 31 domande, si consegnerà la lode.

Oltre alla prova d'esame finale, il percorso prevede attività di didattica interattiva sincrona e prove intermedie che consentono alle studentesse e agli studenti di monitorare il proprio apprendimento, attraverso momenti di verifica progressiva e consolidamento delle conoscenze.

La partecipazione alle attività di didattica interattiva sincrona consente di maturare una premialità fino a 2 punti sul voto finale, attribuiti in funzione della qualità della partecipazione alle attività e dell'esito delle prove.

Per accedere alle prove intermedie è necessario aver seguito almeno il 50% di ogni ora di didattica interattiva. Le prove intermedie possono consistere in un test di fine lezione o nella predisposizione di un elaborato. Le prove intermedie si considerano superate avendo risposto correttamente ad almeno l'80% delle domande di fine lezione.

In caso di prove intermedie che prevedano la redazione di un elaborato, il superamento delle stesse ai fini della premialità sarà giudicata dal docente titolare dell'insegnamento. I punti di premialità, previsti per le prove intermedie, sono sommati al voto finale d'esame solo se la prova d'esame è superata con un punteggio pari ad almeno 18/30 e possono contribuire al conseguimento della lode.

Le modalità d'esame descritte sono progettate per valutare il grado di comprensione delle nozioni teoriche e la capacità di applicazione delle stesse e consentiranno di valutare il livello di competenza e l'autonomia di giudizio maturati dalla studentessa e dallo studente. Le abilità di comunicazione e la capacità di apprendimento saranno valutate anche attraverso le interazioni dirette che avranno luogo durante la fruizione dell'insegnamento.

OBBLIGO DI FREQUENZA

A studentesse e studenti viene richiesto di partecipare ad almeno il 70% dell'attività di didattica erogativa (70% della TEL-DE).