



ISTITUTO di ISTRUZIONE SUPERIORE "F.lli Costa Azara" -
Liceo Scientifico/I.P.S.A.S.R. Sorgono - I.T.C. Aritzo - I.T.I. Tonara - I.P.S.S.C.T.A. Desulo
Corso IV Novembre 114 - 08038 - SORGONO - tel. 0784621001 fax 0784621136
C.Mecc. NUIS01200G - C.F. **81002630911** - P.iva **01106990912**
email: nuis01200g@istruzione.it ; PEC: nuis01200g@pec.istruzione.it
<http://www.istitutosuperioresorgono.gov.it/>



PROGRAMMA DI SCIENZA DELL'ALIMENTAZIONE CLASSE 5A IPSEOA

A.S. 2024/2025

Docente: Maddalena Congiu

Contaminanti nella catena alimentare e malattie correlate

- Contaminanti chimici, fisici, naturali (biologici)
- Fattori di crescita microbica
- Malattie a Trasmissione Alimentare veicolate da batteri, virus, parassiti

Igiene e sicurezza degli alimenti

- Buone pratiche igieniche per prevenire le contaminazioni
- Igiene del personale
- Contaminazione indiretta: cause e norme igieniche di prevenzione

HACCP

- Sicurezza alimentare
- Il sistema HACCP
- I 7 principi fondamentali
- Applicazione del sistema
- Individuazione dei CCP
- Obbligo di rintracciabilità nel settore ristorativo

Additivi, etichette, imballaggi alimentari

- Aromi
- Additivi

La sana alimentazione

- Principi di dietetica
- Educazione alimentare

- Valutazione della composizione corporea (ICM o BMI)
- Linee guida 2018 sulla buona alimentazione
- Piramide Alimentare
- La dieta Mediterranea come modello di riferimento
- Modelli dietetici: Vegana, Vegetariana, Chetogenica

Dieta razionale ed equilibrata nelle principali patologie

- Le cause dell'obesità
- Classificazione dell'obesità
- Malattie Cardiovascolari, Diabete e Sindrome Metabolica
- Dietoterapia

Allergie e intolleranze alimentari

- Le reazioni avverse agli alimenti: latte, glutine, frutta secca, crostacei
- Allergeni, indicazione in etichetta

Alcolismo e disturbi della nutrizione e dell'alimentazione

- Uso e abuso di bevande alcoliche
- Anoressia nervosa
- Bulimia nervosa
- Altri disturbi del comportamento alimentare

Qualità tutela del Made in Italy, sostenibilità e consumi

- DOP, IGP, STG, PAT

Sostenibilità ambientale nelle filiere agroalimentari

- Lo spreco alimentare
- La filiera corta: alimenti a Km 0
- Impatto ambientale delle filiere e aziende agroalimentari

Nuovi prodotti Alimentari

- Alimenti di nuova gamma
- Alimenti alleggeriti
- Alimenti arricchiti o fortificati
- Alimenti funzionali
- Alimenti per gruppi specifici (FSG)
- Novel Food
- Alimenti OGM

Alimentazione nella storia e culture religiose

- Alimentazione nel medioevo
- Alimentazione dell'ottocento alla seconda guerra mondiale
- Alimentazione nelle diverse religioni.

Desulo 07/06/2025

Docente

Maddalena Congiu