

# Scienza degli alimenti

a.s. 2021- 2022

Classe II D

*Prof.ssa Piperno Isabella*

## **Modulo n° 1 : “LA DIGESTIONE E IL METABOLISMO”**

### **Prima UDA : “L'apparato digerente”**

Digestione, assorbimento, assimilazione. L'apparato digerente e la digestione. Digestione ed assorbimento dei nutrienti.

### **Seconda UDA : “Metabolismo energetico e peso corporeo”**

Metabolismo e bioenergetica. Dispendio energetico: metodi di misura. Fabbisogno energetico. Bilancio energetico. Peso corporeo e sua valutazione.

## **Modulo n° 2: “CONSERVAZIONE E COTTURA DEGLI ALIMENTI”**

### **Prima UDA : “La conservazione degli alimenti”**

Conservazione degli alimenti nella storia, Metodi di conservazione degli alimenti, Alterazioni degli alimenti, Metodi Fisici di conservazione: Le alte temperature, Metodi fisici di conservazione: le basse temperature, Metodi fisici di conservazione: La sottrazione di acqua, Altri metodi fisici di conservazione, Metodi chimici di conservazione, Metodi fisico-chimici di conservazione: l'affumicamento, Metodi biologici di conservazione.

### **Seconda UDA: “La cottura degli alimenti”**

Cottura degli alimenti, principali tecniche di cottura, Modificazioni dei macronutrienti per effetto della cottura, Modificazioni dei micronutrienti per effetto della cottura

## **Modulo n° 3 : “ ALIMENTAZIONE EQUILIBRATA”**

### **Prima UDA : “Dietologia”**

Alimentazione e salute. Standard nutrizionali . Linee Guida. Dieta mediterranea. Dieta equilibrata.

Dieta del lattante, del bambino, dell'adolescente, durante la gravidanza, della nutrice, nella terza età.

Rieti, 01/06/2022

*Gli alunni*



*Prof.ssa Piperno Isabella*

