

I.P.S.S.A.R. "Ugo Tognazzi"-Velletri
Istituto Professionale Statale per i Servizi Alberghieri e la
Ristorazione

PROGRAMMA DI SCIENZA DEGLI ALIMENTI

Anno Scolastico 2020-21

CLASSE 2a G

DOCENTE: prof. SANDRO TIANO

1. I principi nutritivi

- I macronutrienti energetici
- I micronutrienti

2. L'Apparato Digerente

- Che cos'è la digestione
- Che cos'è l'apparato digerente
- Come avviene la digestione e l'assorbimento dei nutrienti
- Quali trasformazioni subiscono i glucidi, le proteine e i lipidi
- Come sono assorbite le vitamine, i Sali minerali e l'acqua

3. Metabolismo ed Fabbisogno Energetico

- Quale energia utilizza l'uomo
- Che cos'è e come si svolge il metabolismo
- Che cos'è e come si misura il valore energetico degli alimenti
- Quali sono le unità di misura dell'energia
- Che cos'è il bilancio energetico
- Come si calcola il dispendio energetico
- Che cos'è il metabolismo basale e come influisce sul dispendio energetico
- Che cos'è la termogenesi indotta dalla dieta e come influisce sul dispendio energetico
- Come si calcola il fabbisogno energetico
- Che cos'è e come si calcola il peso corporeo desiderabile

Velletri 11/06/2021

Docente
Prof. Sandro TIANO