

## INDICE

### **Sezione 1 – Alimenti e nutrienti**

1. Nutrienti e analisi chimica degli alimenti
2. Fibra alimentare
3. I composti (poli)fenolici: classificazione e biodisponibilità
4. Acqua e macrominerali
5. I microminerali
6. Vitamine
7. Dolcificanti
8. Caratteristiche chimico-fisiche, nutrizionali e tecnologiche dei gruppi alimentari e principali tecniche di produzione
9. Impatto delle tecnologie alimentari sul valore nutritivo degli alimenti
10. Sicurezza degli alimenti: agenti chimici
11. Sicurezza degli alimenti: agenti microbiologici
12. Valutazione delle abitudini alimentari
13. Tabelle di composizione degli alimenti
14. Valori di riferimento per la dieta

### **Sezione 2 – Fisiologia della nutrizione**

15. Digestione dei nutrienti
16. Metabolismo energetico
17. Metabolismo proteico
18. Metabolismo glicidico
19. Metabolismo lipidico
20. Valutazione dello stato nutrizionale
21. Nutrizione e salute: ruolo del microbiota intestinale
22. Regolazione genetica e ambientale del gusto
23. Regolazione neuro-ormonale dell'appetito e della sazietà

### **Sezione 3 – L'alimentazione nelle diverse fasce di vita**

24. L'alimentazione in età pediatrica
25. L'alimentazione della gestante e della nutrice
26. L'alimentazione dell'anziano
27. L'alimentazione della persona fisicamente attiva e dell'atleta

### **Sezione 4 – Intolleranze ed allergie alimentari**

28. Intolleranza al glutine ed allergie alimentari
29. Le intolleranze alimentari: intolleranza al lattosio, intolleranza al fruttosio

### **Sezione 5 – Nutrizione e prevenzione delle malattie**

30. Geni, alimentazione e rischio di malattia
31. Obesità nell'adulto
32. Obesità nel bambino e nell'adolescente
33. Stile di vita nella prevenzione del sovrappeso nel bambino/adolescente
34. Dislipidemie
35. Ipertensione arteriosa ed ictus cerebrale
36. Disfunzione endoteliale e stress ossidativo
37. Nutrizione e cardiopatia ischemica
38. Diabete mellito e sindrome metabolica
39. Epatopatia steatosica
40. I tumori
41. Alcol ed Apparato Gastro-intestinale
42. La malattia da reflusso gastroesofageo (MRGE) ed i disordini funzionali gastrointestinali (DFGI)

- 43. Cefalea e disturbi cognitivi
- 44. Malattie del metabolismo minerale e dell'osso
- 45. Malnutrizione proteico-energetica
- 46. Le carenze nutrizionali

**Sezione 6 – *Aspetti nutrizionali emergenti***

- 47. Alimenti funzionali e nutraceutici
- 48. La dieta vegetariana/vegana
- 49. Pattern nutrizionali nelle diverse etnie
- 50. Nutrizione personalizzata