



## MODULO MED/49 SCIENZE TECNICHE DIETETICHE

### OBIETTIVI FORMATIVI

Conoscenza e capacità di comprensione: Una corretta alimentazione è alla base della prevenzione primaria e secondaria di malattia cronica, in particolare della neoplastica e di quella cardio-cerebrovascolare, che rappresenta la maggior causa di mortalità e morbilità nei paesi occidentali.

L'Assistente Sanitario deve conoscere i concetti di base di una sana alimentazione ossia dei principi alla base della Dieta Mediterranea. Per comprendere questi principi è necessario che acquisisca delle nozioni di base di dietetica. Si trattano in quest'ambito i macro nutrienti (protidi, glucidi e lipidi), i micronutrienti (vitamine, sali minerali) e l'acqua. Capacità di applicare conoscenza e comprensione: Lo studente deve saper applicare le conoscenze nell'ambito della professione.

### PROGRAMMA ESTESO

#### Argomento 1: **Fondamenti sulla nutrizione umana e nutrienti**

- il comportamento alimentare e fattori che, oltre alle necessità biologiche, lo influenzano: culturali, sociali, politico- economici e psicologici.
- fasi della alimentazione e nutrizione umana
- indice di massa corporea
- i nutrienti ( i carboidrati, i lipidi, le proteine, l'acqua, i sali minerali e le vitamine) e le loro funzioni
- il fabbisogno energetico e l'energia derivata dagli alimenti.
- il tratto gastrointestinale: la digestione e l'assorbimento dei nutrienti.

#### Argomento 2: **Le vitamine idrosolubili e liposolubili**

- fabbisogno, LARN e stati carenziali

#### Argomento 3: **Alimentazione e metabolismo fosfo - calcico e modulazione ormonale del ricambio del calcio**

- biodisponibilità e assorbimento del calcio e del fosforo alimentare
- LARN calcio e fosforo nelle età della vita - vit D, Paratormone e Calcitonina e relazioni con le più frequenti patologie dell'osso
- osteoporosi, rachitismo, osteomalacia.
- Magnesio, Fluoro, Zinco e Rame: cenni su carenze

#### Argomento 4: **Lo iodio e le malattie tiroidee**

- TSH e ormoni tiroidei - incidenza delle malattie tiroidee - ipertiroidismo, ipotiroidismo e cretinismo da deficit di iodio; cenni di epidemiologia relativi ai vari continenti, alle zone valligene italiane e alla Toscana
- il sale iodato e applicazione della legge n° 55 del 21 marzo 2005 finalizzata alla prevenzione del gozzo endemico e di altre patologie da carenza iodica.

#### Argomento 5: **Le linee guida italiane per una sana alimentazione (INRAN)**

- le 10 regole per uno stile di vita salutare
- il modello mediterraneo: la piramide alimentare
- evidenze scientifiche in ambito nutrizionale.

#### Argomento 6: **Le linee guida europee per la prevenzione di malattia cardiovascolare in ambito nutrizionale**

- cos'è l'European Heart Network e sue funzioni
- epidemiologia delle malattie CV in Europa: morbilità e mortalità
- obiettivi nutrizionali (dieta mediterranea), del consumo di alcol e di quello del sale per la riduzione della pressione arteriosa e per la prevenzione dell'ictus; obiettivi per l'attività fisica, per il controllo del peso e dell'attività fisica.

#### Argomento 6: **La nutrizione in alcune fasi particolari della vita.**

- obiettivi della dieta in: Gravidanza, Allattamento e Adolescenza

#### Argomento 7: **Alcune malattie metaboliche: il diabete mellito 2**

- classificazione del Diabete mellito con particolare riferimento al Diabete Mellito 1 e 2
- epidemiologia del Diabete Mellito
- diagnosi e Monitoraggio
- obiettivi, fattori di rischio e complicanze croniche
- terapia farmacologica; autogestione e autocontrollo delle glicemie.

#### Argomento 7: **Dietoterapia ed Educazione Terapeutica nel Diabete Mellito**

- storia della dietoterapia del Diabete Mellito - dietoterapia: obiettivi della terapia nutrizionale - terapia nutrizionale: le raccomandazioni e le evidenze scientifiche - i dolcificanti
- l'Educazione Terapeutica.

#### Argomento 8: **L'obesità e la sindrome metabolica.**

- epidemiologia e patogenesi



	<ul style="list-style-type: none"><li>- criteri diagnostici e classificazione</li><li>- metodi di valutazione del grasso corporeo</li><li>- funzione degli adipociti</li><li>- patogenesi obesità essenziale e rischio per lo sviluppo di altre patologie che concorrono all'instaurarsi della sindrome metabolica</li><li>- terapia dell'obesità: farmacologica, chirurgica, dietoterapia, terapia medica integrata</li><li>- prevenzione dell'obesità e della sindrome metabolica.</li></ul> <p><b>Argomento 9: La valutazione del rischio e dello stato nutrizionale; il trattamento della malnutrizione per difetto</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-definizione di stato nutrizionale con particolare riferimento allo stato di malnutrizione per difetto . - il rischio di malnutrizione in ospedale e nell'anziano istituzionalizzato . - valutazione della composizione corporea nelle varie età della vita e nella malattia. - uso e significato delle misure antropometriche (peso, altezza, pliche, circonferenze)</li><li>- valutazione del bilancio energetico e della funzionalità corporea: esami clinici e di laboratorio.</li></ul> <p><b>Argomento 10: La Nutrigenomica</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- cenni storici: da Mendel alla nutrigenomica</li><li>- obiettivi e campi di utilizzo - meccanismo d'azione dei nutrienti e polimorfismi genetici</li><li>- interazione tra nutrienti e genoma.</li></ul> <p><b>Argomento 11: Reazioni avverse agli alimenti</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- classificazione</li><li>- manifestazioni cliniche delle allergie e delle intolleranze</li><li>- epidemiologia</li><li>- i principali alimenti che provocano allergia</li><li>- le cross reattività più frequenti</li><li>- la sindrome orale allergica</li><li>- diagnosi di allergia e intolleranze alimentari</li><li>- cenni sul favismo.</li></ul> <p><b>Argomento 12: La celiachia</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- definizione - il glutine e la gliadina - alimenti che contengono il glutine e la contaminazione - eziopatogenesi - epidemiologia</li><li>- forme cliniche (adulto-bambino) e diagnosi</li><li>- prevenzione delle complicanze - scopo della dieta senza glutine</li><li>- alimenti dietoterapeutici - legislazione</li><li>- associazione Italiana Celiachia</li></ul> <p><b>I Argomento 13: I counseling nutrizionale</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- il counseling: definizione ed evoluzione;</li><li>- counseling e psicoterapia; professioni che si basano sull'aiuto e professioni che implicano l'aiuto;</li><li>- il counseling nutrizionale;</li><li>- strategie impiegate nel counseling nutrizionale: colloquio motivazionale, tecniche cognitive-comportamentali applicate al counseling nutrizionale, il problem solving, il modeling ed il diario alimentare.</li></ul> <p><b>Argomento 14: I disturbi del comportamento alimentare</b></p> <p>inquadramento diagnostico secondo DSM IV-TR (Anoressia Nervosa, Bulimia Nervosa, Disturbo da Alimentazione Incontrollata, Disturbi del Comportamento Alimentare Non Alimenti Specificati);</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- elementi clinici di diagnosi differenziale e spettro DCA;</li><li>- diffusione dei disturbi nella popolazione generale e in quella clinica;</li><li>- come si sviluppa (fattori di rischio, fattori precipitanti e fattori di mantenimento);</li><li>- schema di funzionamento e di mantenimento dei disturbi alimentari;</li><li>- convinzioni distorte su cibo e alimentazione, sul peso e sulla forma del corpo;</li><li>- distorsione dell'immagine corporea.</li></ul>
<b>METODI DIDATTICI</b>	Lezioni frontali con possibilità da parte degli studenti di intervenire durante la lezione e di discussione alla fine di queste
<b>TESTI DI RIFERIMENTO</b>	E' disponibile un sito internet <a href="http://www.mleluisi.it">www.mleluisi.it</a> dove gli studenti possono scaricare le slide stampabili in b/n relative alle lezioni svolte che vengono utilizzate come testo per lo studio della materia
<b>METODI DI ACCERTAMENTO</b>	Verifica in itinere scritta o orale
<b>ALTRE INFORMAZIONI</b>	