



PSICOLOGIA DELL'ALIMENTAZIONE, ALIMENTAZIONE E NUTRIZIONE UMANA

7 CFU - 2° semestre

Docenti titolari dell'insegnamento

GABRIELLA TOSCANO - Modulo PSICOLOGIA GENERALE - M-PSI/01 - 3 CFU

GIUSEPPE GROSSO - Modulo SCIENZE TECNICHE E DIETETICHE APPLICATE - MED/49 - 2 CFU

Email: giuseppe.grosso@unict.it

Edificio / Indirizzo: Via S. Sofia 97, 95123

Telefono: +39 0954781187

Orario ricevimento: Mercoledì, 10:00-12:00

FRANCESCO FRASCA - Modulo ENDOCRINOLOGIA - MED/13 - 2 CFU

Email: f.frasca@unict.it

Edificio / Indirizzo: PO Garibaldi Nesima Via Palermo 636, Torre C Piano -1

Telefono: 095 759 8702

Orario ricevimento: 12:00-13:00

OBIETTIVI FORMATIVI

▪ PSICOLOGIA GENERALE

Il corso di Psicologia Generale è articolato in lezioni frontali ed esercitazioni. Durante le lezioni frontali verranno fornite conoscenze aggiornate su alcune delle principali aree di indagine della psicologia generale ed evidenziati ambiti applicativi. Il corso si propone di approfondire le emozioni e la loro espressione, il ruolo delle emozioni in alcuni disturbi dell'alimentazione.

Lezioni frontali. Esercitazioni individuali ed in gruppo avranno l'obiettivo di favorire una conoscenza critica e una riflessione autonoma sui temi trattati.

▪ SCIENZE TECNICHE E DIETETICHE APPLICATE

Dopo aver completato con successo questo corso, gli studenti saranno in grado di identificare gli approcci utilizzati per definire le esigenze nutrizionali per macro e micronutrienti; riconoscere le associazioni tra la loro carenza e il rischio di malattie non trasmissibili; utilizzare strumenti validati per calcolare il dispendio energetico e il metabolismo basale sia in condizioni fisiologiche che patologiche; fornire consigli pratici su una dieta sana ed equilibrata.

▪ ENDOCRINOLOGIA

Il discente deve acquisire le conoscenze necessarie per utilizzare i macronutrienti ed i micronutrienti nell'ambito di una alimentazione equilibrata, deve conoscere i meccanismi di regolazione energetica ed in particolare il significato e le variazioni del metabolismo basale in condizioni fisiologiche e patologiche. Deve infine essere in grado di valutare il tipo di

nutrienti e la spesa energetica di un singolo individuo sia in condizioni di salute che di malattia. Deve conoscere i meccanismi dell'azione ormonale alla base della regolazione dell'appetito e del metabolismo.

MODALITÀ DI SVOLGIMENTO DELL'INSEGNAMENTO

▪ PSICOLOGIA GENERALE

Lezioni frontali. Esercitazioni individuali ed in gruppo avranno l'obiettivo di favorire una conoscenza critica e una riflessione autonoma sui temi trattati.

▪ SCIENZE TECNICHE E DIETETICHE APPLICATE

Lezioni frontali.

▪ ENDOCRINOLOGIA

lezioni frontali con presentazione di casi clinici

PREREQUISITI RICHIESTI

▪ PSICOLOGIA GENERALE

Propedeuticità come da regolamento del CdS.

▪ SCIENZE TECNICHE E DIETETICHE APPLICATE

Propedeuticità come previsto dal CdS.

▪ ENDOCRINOLOGIA

Gli ammessi al corso dovranno aver superato il test di ammissione

FREQUENZA LEZIONI

▪ PSICOLOGIA GENERALE

La frequenza è obbligatoria

▪ SCIENZE TECNICHE E DIETETICHE APPLICATE

Obbligatoria.

▪ ENDOCRINOLOGIA

La frequenza sarà di 2 ore settimanali durante tutta la durata del corso. Durante il corso verranno somministrate delle prove scritte in itinere, l'esame finale verrà sostenuto mediante prova orale.

CONTENUTI DEL CORSO

▪ PSICOLOGIA GENERALE

- Introduzione alla Psicologia Generale: Cenni storici
- La Percezione . Attenzione selettiva

- Le Emozioni
- La Motivazione
- Fame alimentazione e disturbi dell'alimentazione
- Intelligenza emotiva
- Stress Salute e Coping
- Comunicazione umana
- Influenza sociale

▪ **SCIENZE TECNICHE E DIETETICHE APPLICATE**

Durante le lezioni saranno discussi i seguenti argomenti:

- introduzione ai concetti, definizioni e approcci utilizzati per definire le esigenze e le raccomandazioni nutrizionali;
- definizione di macro e micronutrienti, principali fonti alimentari e assunzione dietetica raccomandata, ruolo nei processi metabolici umani, rischi e conseguenze della loro carenza in base alle prove scientifiche;
- definizione e controllo del dispendio energetico nell'uomo, ruolo delle dimensioni e della composizione corporea, impatto dei cambiamenti nell'assunzione di cibo e attività fisica sul dispendio energetico;
- definizione del metabolismo basale, caratterizzazione delle discrepanze tra condizioni fisiologiche e patologiche;
- conservazione dell'energia nel corpo umano: meccanismi e suo significato.

▪ **ENDOCRINOLOGIA**

Lezioni frontali, esercitazioni su casi clinici simulati basati sui seguenti argomenti:

Classificazione degli ormoni

Recettori ormonali e meccanismo d'azione

Effetto degli ormoni sul metabolismo

Effetto degli ormoni sulla regolazione dell'appetito.

Malattie ipofisarie

Malattie della tiroide

TESTI DI RIFERIMENTO

▪ **PSICOLOGIA GENERALE**

1) Atkinson & Hilgard's, *Introduzione alla Psicologia*, Piccin 2017: cap. 1 (pag.2-17); cap. 4 (da pag. 137 a pag.145); cap. 5 (pag. 152-169; 184-pag.189);cap.10 (fino a pag.391); cap 11; cap 12 (da pag. 444 a pag. 451; da pag. 455 a 462; da 464 a 467); cap. 14; cap. 17.

2)E-book Ordine Psicologi Lazio "La psicologia dell'alimentazione, cosa, come e perché"

▪ **SCIENZE TECNICHE E DIETETICHE APPLICATE**

Materiale didattico fornito a lezione.

▪ ENDOCRINOLOGIA

- 1) **“Manuale di nutrizione applicata”** Rivellese, Riccardi, Pacioso, Grasso. Edizioni Idelson – Gnocchi.
- 2) **“Manuale di nutrizione clinica e scienze dietetiche applicate”** Binetti, Marcelli, Baisi.
- 3) **“Endocrinologia Clinica - UNIENDO”** Lenzi, Lombardi, Martino, Vigneri. Edizioni Minerva Medica.
- 4) **“Dietetica e Nutrizione, Clinica, Terapia ed Organizzazione”** Fatati, Amerio. Edizioni Il Pensiero Scientifico Editore.

ALTRO MATERIALE DIDATTICO

▪ PSICOLOGIA GENERALE

Verrà fornito materiale didattico elaborato dalla docente

PROGRAMMAZIONE DEL CORSO

PSICOLOGIA GENERALE

Argomenti	Riferimenti testi
1 • Introduzione alla Psicologia Generale: Cenni storici	Atkinson & Hilgard's, Introduzione alla Psicologia, Piccin 2017:
2 • La Percezione • Attenzione selettiva • Le Emozioni • La Motivazione	Atkinson & Hilgard's, Introduzione alla Psicologia, Piccin 2017:
3 • Intelligenza • Stress Salute e Coping, Influenza sociale	Atkinson & Hilgard's, Introduzione alla Psicologia, Piccin 2017:
4 Comunicazione umana	Slide elaborate dalla docente
5 • Fame alimentazione e disturbi dell'alimentazione	Atkinson & Hilgard's, Introduzione alla Psicologia, Piccin 2017; E-book Ordine Psicologi Lazio "La psicologia dell'alimentazione, cosa, come e perché"

SCIENZE TECNICHE E DIETETICHE APPLICATE

Argomenti	Riferimenti testi
1 Introduzione ai concetti, alle definizioni e agli approcci utilizzati per definire le esigenze e le raccomandazioni nutrizionali	materiale didattico

2	Definizione di macro e micronutrienti e delle loro principali fonti alimentari. Macronutrienti: proteine, lipidi, carboidrati e fibre alimentari. Micronutrienti: vitamine (vitamina A, acido folico e vitamine del gruppo B, vitamina C, vitamina D), minerali (ferro, magnesio, potassio, calcio, selenio, zinco, iodio). Acqua.	materiale didattico
3	Assunzione dietetica raccomandata di macro e micronutrienti: assunzioni dietetiche raccomandate secondo l'Autorità Europea per la Sicurezza Alimentare (EFSA) e i livelli di assunzione di nutrienti ed energia per la popolazione italiana (LARN).	materiale didattico
4	Etichetta sui valori nutrizionali: cos'è e come è cambiata nel tempo.	materiale didattico
5	Il ruolo dei macro e micronutrienti nei processi metabolici umani.	materiale didattico
6	Rischi e conseguenze della carenza di macro e micronutrienti in base alle prove scientifiche. Impatto sulla salute umana, comprese le malattie metaboliche, il cancro e la salute mentale.	materiale didattico
7	Polifenoli e probiotici. Cosa hanno in comune? Nessuna raccomandazione dietetica e prove emergenti.	materiale didattico
8	Definizione e controllo del dispendio energetico nell'uomo, ruolo delle dimensioni e della composizione corporea, impatto dei cambiamenti nell'assunzione di cibo e attività fisica sul dispendio energetico. Impatto sulla salute umana, comprese le malattie metaboliche, il cancro e la salute mentale.	materiale didattico
9	Definizione del metabolismo basale, caratterizzazione delle discrepanze tra condizioni fisiologiche e patologiche.	materiale didattico
10	Conservazione dell'energia nel corpo umano: meccanismi e suo significato.	materiale didattico

VERIFICA DELL'APPRENDIMENTO

MODALITÀ DI VERIFICA DELL'APPRENDIMENTO

- **PSICOLOGIA GENERALE**

Prove in itinere. Esame orale.

- **SCIENZE TECNICHE E DIETETICHE APPLICATE**

Esame orale.

- **ENDOCRINOLOGIA**

Verifica in itinere mediante quiz a risposta multipla. Esame Orale finale su sugli argomenti trattati nel corso integrato.
