

Scuole d'Arte e dei Mestieri
SCIENZA E TECNICACorso: **ERBORISTERIA ALIMENTAZIONE**Edizione: **2023-2024**Durata intervento: **100** Ore annualiOre settimanali: **6** N. giorni: **2** Allievi n. **10**

Materia	N. ore
ELEMENTI DI MEDICINA E ALIMENTAZIONE	60
CHIMICA DEGLI ELEMENTI	10
FISIOLOGIA DELL'ALIMENTAZIONE	30
Totale	100

Programma

Oggi non è più un mistero che l'alimentazione vada ad influire sulla nostra salute e sul rischio di sviluppare malattie, aumentando o riducendo l'instaurarsi di processi infiammatori.

È importante avere una consapevolezza delle nostre scelte alimentari e adottare una strategia preventiva dettata da un percorso alimentare corretto.

Il corso fornisce approfondite conoscenze sulle relazioni fra alimenti e salute tramite la comprensione dei meccanismi fisiologici e biochimici alla base dei processi della digestione ed all'assorbimento degli alimenti stessi.

Gli allievi saranno in grado di individuare le differenze tra allergie ed intolleranze alimentari, di decifrare il contenuto delle etichette alimentari, di capire le differenze dell'alimentazione in diverse condizioni patologiche e fisiologiche.

- Verranno inoltre trattati i disturbi del comportamento alimentare, le problematiche relative alle politiche alimentari nazionali ed internazionali e verrà sviluppato il concetto del corpo come simbolo d'identità: i concetti di "grassezza" e "magrezza" nelle diverse culture.

Il corso di Alimentazione si inserisce nella più ampia offerta della Scuola Scienza e Tecnica con comprovata esperienza nel settore erboristico-naturalistico e quindi con una particolare attenzione alla salubrità degli alimenti ed allo studio delle specie commestibili autoctone e stagionali. Nonostante questo, non è prevista attività laboratoriale ma trattasi di un corso di tipo teorico.

Prove finali

Il raggiungimento degli obiettivi educativi viene verificato mediante colloquio e valutazione di una proposta di intervento di corretta alimentazione.