

Antonio Rocchitta

Curriculum

Laureato in Scienze Biologiche e Specialista in Fisiologia e Scienza dell'Alimentazione, ora in pensione. Presso la facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università di Cagliari è stato Ricercatore, Docente di Fisiologia Umana e Scienza dell'Alimentazione, Docente del corso di Caratteristiche Nutrizionali degli Alimenti e di Tecniche di rilevamento dei consumi Alimentari. Quale Libero Professionista ha svolto l'attività di Nutrizionista e quale esperto di analisi chimicocliniche ha collaborato con strutture sanitarie convenzionate col SSN. E' stato socio della Società Italiana di Nutrizione Umana e per incarico del Ministero della Pubblica Istruzione ha fatto parte di Commissioni di Stato per l'abilitazione alla professione di Biologo.

Corsi tenuti

DIETOLOGIA E FISILOGIA

Inizio e fine del corso: 24 Ottobre 2018 - 16 Maggio 2019 Numero di incontri: 25 Giorno: Mercoledì mattina Aula: M

Obiettivo del corso

Fisiologia e dietetica si divide in due parti: Caratteristiche nutrizionali degli alimenti e dietetica. Il corso Caratteristiche nutrizionali degli alimenti si prefigge di illustrare le caratteristiche nutrizionali e bromatologiche degli alimenti non facenti parte del programma svolto nell'AA 201314 quali i cereali, i tuberi e derivati, i legumi, la frutta e gli ortaggi, le acque naturali e minerali, le bevande alcoliche e analcoliche ed infine gli alimenti nervini e cenni sugli integratori. Inoltre verrà dato spazio alla spiegazione e comprensione delle etichette nutrizionali e di vendita degli alimenti con l'obiettivo di rendere il discente in grado di fare acquisti consapevoli e scelte di qualità. Il corso di Dietetica si prefigge di fornire ai discenti gli elementi necessari per elaborare la razione alimentare più idonea nelle differenti condizioni fisiologiche al fine di assicurare il miglior stato di salute. A tale scopo, gli argomenti che verranno illustrati sono: il fabbisogno energetico, i nutrienti, la piramide alimentare, la dieta mediterranea, l'alimentazione ottimale nelle differenti condizioni fisiologiche (età evolutiva, maturità, 3° età) in alcune particolari (gravidanza, allattamento), e in alcune patologiche (obesità, anoressia, malassorbimento), ed infine cenni sugli aspetti fisiologici e nutrizionali della attività fisica nella 3° età.