

*Ministero dell'istruzione e del merito***A013 - ESAME DI STATO CONCLUSIVO DEL SECONDO CICLO DI ISTRUZIONE**

Indirizzo: IPEN – SERVIZI PER L'ENOGASTRONOMIA E L'OSPITALITA' ALBERGHIERA
ARTICOLAZIONE ENOGASTRONOMIA

Disciplina: SCIENZA E CULTURA DELL'ALIMENTAZIONE

PRIMA PARTE**MALATTIE correlate a una non corretta ALIMENTAZIONE****DOCUMENTO****Linee di indirizzo per la prevenzione e il contrasto del sovrappeso e dell'obesità****Premessa**

L'obesità incide profondamente sullo stato di salute poiché si accompagna a importanti malattie quali il diabete mellito di tipo 2, l'ipertensione arteriosa, la cardiopatia ischemica e altre condizioni morbose che, in varia misura, peggiorano la qualità di vita e ne riducono la durata. [...]

La diffusione dell'obesità è aumentata nel tempo, raggiungendo dimensioni epidemiche, e costituisce ormai uno dei maggiori problemi di salute pubblica a livello mondiale, con una preoccupante espansione nell'età infantile che può provocare una precoce insorgenza di patologie croniche non trasmissibili. Inoltre, i bambini in sovrappeso o obesi hanno maggiori probabilità di diventare adulti obesi, rispetto a quelli di peso normale.

[...]

L'obesità è la risultante dell'interazione tra componenti comportamentali, sociali ed endocrino-metaboliche, alcune geneticamente determinate, altre riconducibili a fattori ambientali, e ha dei costi per la società. [...] In Italia, il sovrappeso rappresenta il 9% della spesa sanitaria [...].

Fattori causali

L'obesità è una malattia multifattoriale [...].

Responsabile dell'eccedenza ponderale è lo squilibrio tra apporto e spesa di energia, derivante da un'alimentazione troppo ricca di cibi densi di calorie e poveri di nutrienti, insieme ad una crescente sedentarietà; nel determinare lo squilibrio, entrano in gioco e svolgono un ruolo determinante anche i fattori socio-ambientali. Le preferenze innate per cibi ricchi in zucchero, sale e grassi rendono gli individui e la popolazione vulnerabili di fronte al marketing e alla offerta capillare di cibi ipercalorici a basso costo. Dieta e attività fisica dipendono strettamente dalle condizioni e dai ritmi di vita e lavorativi che spesso impongono scelte alimentari inadeguate, acquisto di prodotti pronti, consumo di pasti fuori casa, acquisti da distributori automatici (*vending machines*), ma soprattutto ridotta disponibilità di tempo, sia per l'acquisto di alimenti da preparare a casa, sia di tempo per prepararli, sia per svolgere attività fisica.



Ministero dell'istruzione e del merito

A013 - ESAME DI STATO CONCLUSIVO DEL SECONDO CICLO DI ISTRUZIONE

Indirizzo: IPEN – SERVIZI PER L'ENOGASTRONOMIA E L'OSPITALITA' ALBERGHIERA
ARTICOLAZIONE ENOGASTRONOMIA

Disciplina: SCIENZA E CULTURA DELL'ALIMENTAZIONE

L'importanza di promuovere uno stile di vita sano e attivo

[...] Le regole generali di una corretta alimentazione, come pure l'importanza del consumo di particolari alimenti quali frutta, verdura, cereali integrali e legumi, o il ruolo protettivo dell'attività fisica, sono ben note alla gran parte dei consumatori, anche se a volte in maniera confusa e poco approfondita.

Le linee guida, le campagne di informazione, i programmi di educazione alimentare hanno considerevolmente aumentato negli ultimi anni la consapevolezza dei consumatori [...].

La mancanza di tempo da dedicare all'acquisto e alla trasformazione domestica degli alimenti, come pure all'attività fisica sono, per esempio, fattori in grado di condizionare negativamente le scelte alimentari e la distribuzione dei pasti nell'arco della giornata. L'esposizione continua all'offerta di cibo ad alta densità energetica e palatabilità e in grandi porzioni non favorisce la moderazione. Orari lavorativi troppo lunghi e scarsità di tempo libero, inoltre, condizionano anche il livello di stress e la qualità e quantità del sonno e ciò si riflette sia in un'alterazione della regolazione dell'appetito tramite l'aumento di appetito [...] e la diminuzione della sazietà [...], sia nell'abitudine a saltare la prima colazione e a consumare cene molto abbondanti. [...] Le Linee Guida per una sana alimentazione italiane, basate sul modello alimentare mediterraneo, costituiscono un documento di riferimento per la realizzazione di interventi sul miglioramento della qualità della dieta.

Lo svolgimento di una regolare e quotidiana attività fisica è fondamentale sia per la prevenzione che per la gestione e il trattamento del sovrappeso e dell'obesità. [...]

(da: Ministero della Salute, *Linee di indirizzo per la prevenzione e il contrasto del sovrappeso e dell'obesità*, in: <https://www.salute.gov.it> › portale › documentazione)

*Ministero dell'istruzione e del merito***A013 - ESAME DI STATO CONCLUSIVO DEL SECONDO CICLO DI ISTRUZIONE**

Indirizzo: IPEN – SERVIZI PER L'ENOGASTRONOMIA E L'OSPITALITA' ALBERGHIERA
ARTICOLAZIONE ENOGASTRONOMIA

Disciplina: SCIENZA E CULTURA DELL'ALIMENTAZIONE

Al candidato si chiede di dar prova delle sue conoscenze e competenze, rispondendo ai quesiti e alle consegne in tutti i punti successivi.

A) Con riferimento alla comprensione del testo introduttivo, utile a fornire informazioni e stimoli alla riflessione, il candidato risponda ai seguenti quesiti:

- A quali “*importanti malattie*” si accompagna l'obesità?
- Nel documento del Ministero della Salute si asserisce che “*L'obesità è una malattia multifattoriale*”. Spiega il significato di questa affermazione, facendo qualche esempio.
- Nel documento si sostiene che “*Le regole generali di una corretta alimentazione ... sono ben note alla gran parte dei consumatori, anche se a volte in maniera confusa e poco approfondita*”. Quali sono? Riferiscine due con un breve commento.

B) L'Operatore del Settore Alimentare (OSA) deve possedere informazioni corrette e approfondite e deve saper dare suggerimenti e indicazioni per uno stile alimentare, che eviti i rischi dell'obesità.

Al riguardo, il candidato, utilizzando le conoscenze acquisite nel corso degli studi, elabori un testo sviluppando i seguenti punti:

- elabori una breve spiegazione della Linea Guida “*Controlla il peso e mantieniti sempre attivo*”;
- esponga come debbano essere ripartiti i macronutrienti nella dieta razionale ed equilibrata dell'adulto sano secondo le indicazioni dei LARN;
- chiarisca le ragioni dell'importanza del consumo di frutta, verdure, cereali integrali e legumi nella prevenzione del sovrappeso.

C) Con riferimento alla padronanza delle competenze tecnico - professionali conseguite, il candidato, motivando le scelte operate, riferisca due raccomandazioni riguardanti lo stile alimentare da proporre a ragazzi di scuola elementare per evitare il rischio dell'obesità.

Per i punti B e C è data facoltà al candidato di fare riferimento anche a esperienze condotte nel proprio Istituto o di tipo lavorativo.

Durata massima della prova – prima parte: 4 ore.

La prova si compone di due parti. La prima è riportata nel presente documento ed è predisposta dal MIM, mentre la seconda è predisposta dalla Commissione d'esame in coerenza con le specificità del Piano dell'offerta formativa dell'istituzione scolastica e della dotazione tecnologica e laboratoriale d'istituto.

È consentito l'uso del dizionario della lingua italiana.

È consentito l'uso del dizionario bilingue (italiano-lingua del paese di provenienza) per i candidati di madrelingua non italiana.

Non è consentito l'accesso ad Internet.

Non è consentito lasciare l'Istituto prima che siano trascorse 3 ore dalla consegna della traccia.