



**Università
degli Studi
di Palermo**



**Finanziato
dall'Unione europea**
NextGenerationEU

PROGRAMMA/PERCORSO DI ORIENTAMENTO

Istituzione: Università degli Studi di Palermo – Dipartimento di Scienze e Tecnologie Biologiche, Chimiche e Farmaceutiche

Anno scolastico di riferimento: 2022/2023

Referente dell'Istituzione per il Programma di Orientamento:

Dott.ssa Anna Maria Pintaudi

Titolo del Programma/Percorso: Monitoraggio di stato antiossidante individuale con metodologia non invasiva

Scuole coinvolte: Triennio delle Scuole secondarie di secondo grado

Numero Alunni partecipanti: 15

N. Ore Orientamento programmate: 5

Orario di svolgimento: due pomeriggi dalle 15 alle 17.30

Soglia minima di frequenza del Corso per l'ottenimento del certificato: 70%

Tipologia di formazione erogata: in presenza

Comune in cui si svolge: Palermo



**Università
degli Studi
di Palermo**



**Finanziato
dall'Unione europea**
NextGenerationEU

Finalità generale del Programma/Percorso: Fare esperienza di didattica interdisciplinare attiva, partecipativa e laboratoriale, orientata all'apprendimento del metodo culturale e scientifico.

Data di avvio del Programma/Percorso: novembre 2022

Data di fine del Programma/Percorso: dicembre 2022

Luogo di svolgimento: Laboratorio di Biochimica e Nutraceutica, DpT STEBICEF, via Archirafi, 28

Contenuto del Programma/Percorso (attività da svolgere, metodologia didattica e obiettivi specifici da raggiungere):

Il progetto proposto mira all'Orientamento attivo nella transizione scuola-università" – nell'ambito del Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza, Missione 4 "Istruzione e ricerca" – per i Corsi di Studio ad indirizzo Biologico.

Attività da svolgere

Il percorso ha l'obiettivo di promuovere atteggiamenti consapevoli e responsabili nei confronti dell'alimentazione e di diffondere la conoscenza che il regime alimentare della dieta mediterranea che coincide con quella tradizionale siciliana, risulta il più idoneo per mantenere alte le difese antiossidanti del nostro organismo aiutandoci a mantenere uno stato di salute ottimale e a prevenire invecchiamento precoce e malattie cronico-degenerative. La parte laboratoriale/sperimentale prevede la misura dello stato antiossidante organico mediante tecnologia rapida e non invasiva (spettroscopia Raman) su ogni partecipante. Ogni studente così avrà modo di rendersi conto personalmente del proprio stato e potrà impegnarsi più facilmente a correggere alcuni errori alimentari per migliorarlo, se necessario.

Obiettivi da raggiungere

Gli studenti coinvolti in questo percorso

1. acquisiranno maggiore consapevolezza degli aspetti salutistici di una corretta alimentazione e saranno motivati personalmente a correggere eventuali errori alimentari
2. Avranno migliori conoscenze degli aspetti salutistici e nutrizionali del regime alimentare dieta mediterranea che risulta un modello sostenibile e salutare anche per l'ambiente.



**Università
degli Studi
di Palermo**



**Finanziato
dall'Unione europea**
NextGenerationEU

3. acquisiranno informazioni e competenze che arricchiranno il loro patrimonio personale di conoscenze utili a maturare una scelta razionale e progettuale, coerente con le proprie capacità, degli studi superiori successivi
4. saranno stimolati a riflettere sul loro ruolo di cittadini attivi che avranno cura di se stessi ma anche dell'ambiente in cui vivono; essi a loro volta diffonderanno in modo consapevole modelli di consumo alimentare sostenibili per migliorare la salute, lo sviluppo demografico, il benessere e la longevità della popolazione nonché la biodiversità e la salvaguardia delle tradizioni alimentari quali conservazione e valorizzazione culturale dei territori identificando nel regime alimentare dieta mediterranea il modello alimentare più sostenibile e salutare anche per l'ambiente.