



Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Facsimile Scheda Insegnamento

Mod. Scheda Insegnamento v. 1.1

Docente responsabile dell'insegnamento/attività formativa

Nome PAOLA

Cognome SINIBALDI

Denominazione insegnamento/attività formativa

Italiano PATOLOGIA CLINICA

Inglese CLINICAL PATHOLOGY

Informazioni insegnamento/attività formativa

A.A. 2025/26

☐ L

☒ LM

☐ LM CU

CdS Sport and Health Promotion

Codice

Canale

CFU 2

Lingua INGLESE

Docente del modulo didattico (compilare solo per attività formative articolate in moduli)

Nome Paola

Cognome Gualtieri

Denominazione modulo didattico (compilare solo per attività formative articolate in moduli)

Italiano ALIMENTAZIONE E NUTRIZIONE PER LA SALUTE E IL FITNESS

Inglese FOOD AND NUTRITION FOR HEALTH AND FITNESS



Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Facsimile Scheda Insegnamento

Obiettivi formativi e risultati di apprendimento attesi

Italiano

OBIETTIVI FORMATIVI:

Fornire allo Studente una conoscenza e gli strumenti di base per poter valutare lo stato fisiologico dell'atleta, attraverso alcune analisi del sangue, prima e dopo una attività sportiva sia di alta performance che di sport amatoriale.

L'insegnamento ha come obiettivo quello di fornire allo studente le conoscenze fondamentali relative alla fisiologia della nutrizione umana.

Verrà fatto particolare riferimento alle tecniche per la valutazione dello stato nutrizionale.

CONOSCENZA E CAPACITÀ DI COMPrensIONE:

Lo Studente dunque, deve conoscere a quali tipi di controlli ematici deve essere sottoposto l'atleta e quindi quali sono i valori normali delle concentrazioni di alcuni specifici composti chimici nel sangue da tenere sotto controllo sia durante l'allenamento che durante la performance finale.

Lo studente dovrà dimostrare la conoscenza delle metodiche innovative applicate in ambito clinico per valutare la composizione corporea in ogni fascia di età, sia nello stato fisiologica che patologico. Dovrà dimostrare comprensione dell'importanza delle scelte diagnostiche e dovrà avere la capacità di collegare le conoscenze acquisite di fisiologia della nutrizione per una corretta valutazione diagnostica.

CAPACITÀ DI APPLICARE CONOSCENZA E COMPrensIONE:

Lo studente quindi, attraverso la conoscenza dei valori delle analisi del sangue di base di atleti dichiarati sani da precedenti visite mediche specialistiche deve avere la capacità di allenare l'utente mantenendo nella norma questi valori. Nel caso contrario, di avere la consapevolezza di rivedere o meglio personalizzare la metodologia dell'allenamento o suggerire visite mediche specialistiche ulteriori nel caso in cui i valori continuassero a non essere più nella norma.

Lo studente dovrà essere in grado di applicare le conoscenze acquisite durante il corso per una corretta valutazione dello stato nutrizionale

AUTONOMIA DI GIUDIZIO:

Lo studente dovrà essere in grado di valutare la composizione corporea della popolazione di riferimento per ogni fascia di età, definire lo stato nutrizionale (malnutrizione in eccesso o difetto).

ABILITÀ COMUNICATIVE: Lo studente dovrà essere in grado di esporre in modo chiaro con un appropriato linguaggio tecnico le conoscenze acquisite sulla Fisiologia della Nutrizione Umana, la composizione corporea e sul significato dei valori ematici



Inglese

LEARNING OUTCOMES:

To provide students with the basic knowledge and tools to assess the physiological condition of athletes through blood tests, both before and after high-performance and amateur sporting activities. The course aims to provide the student with the fundamental knowledge relating to the physiology of human nutrition.

Particular reference will be made to techniques for evaluating nutritional status.

KNOWLEDGE AND UNDERSTANDING:

Students must therefore know what types of blood tests athletes should undergo and what the normal values are for the concentrations of certain specific chemical compounds in the blood that need to be monitored both during training and during the final performance.

The student will have to demonstrate the knowledge of the innovative methods applied in the clinical setting to evaluate the body composition in every age group, both in the physiological and pathological state. He/she will have to demonstrate an understanding of the importance of diagnostic choices and must have the ability to connect the acquired knowledge of nutrition physiology for a correct diagnostic evaluation.

APPLYING KNOWLEDGE AND UNDERSTANDING:

The student must be able to apply the knowledge acquired during the course for a correct evaluation of the nutritional status.

Students must therefore, through their knowledge of the basic blood test values of athletes declared healthy by previous specialist medical examinations, be able to train users while keeping these values within the normal range. Otherwise, they must be aware of the need to review or better personalise the training methodology or suggest further specialist medical examinations if the values continue to be outside the normal range.

MAKING JUDGEMENTS:

The student must be able to assess the body composition of the reference population for each age group, define the nutritional status (excess or deficiency malnutrition).

COMUNICATIO SKILLS:

The student must be able to clearly explain with appropriate technical language the knowledge acquired on the Physiology of Human Nutrition, body composition and the mean of blood values



Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Facsimile Scheda Insegnamento

Prerequisiti

Italiano

Per comprendere efficacemente i contenuti del corso, lo studente è tenuto a conoscere i principi di base della chimica organica, inorganica, chimica-fisica, biochimica e fisiologia. Durante le lezioni, gli insegnanti forniranno sempre allo studente informazioni di base sufficienti per inquadrare l'argomento.

Inglese

To effectively comprehend the course contents, the student is expected to know the basic principles of organic and inorganic chemistry, physical chemistry, biochemistry and physiology. During the lectures, the teachers will always provide the student with enough background information to frame the topic.

Programma

Italiano

Conoscenza dei dosaggi ematici di base: glicemia, azotemia, emocromocritico, colesterolemia, proteine del sangue.

Valutazione dello stato nutrizionale e fabbisogno energetico: tecniche per lo studio della composizione corporea (antropometria, plicometria, DXA, BIA), Metabolismo di base e dispendio energetico. Tecniche di rilevamento delle abitudini alimentari. Principi della terapia dietetica: la Dieta Mediterranea; la Dieta chetogenica; integrazione nello sport

Inglese

Knowledge of basic blood tests: blood sugar, blood urea nitrogen, complete blood count, cholesterol, blood proteins.

Assessment of nutritional status and energy requirements: techniques for the study of body composition (anthropometry, plicometry, DXA, BIA), basic metabolism and energy expenditure. Techniques for detecting eating habits. Principles of diet therapy: the Mediterranean Diet; the ketogenic diet; sport and supplementation



Modalità di valutazione

- ☒ Prova scritta Prova
- ☒ orale
- ☐ Valutazione in itinere
- ☐ Valutazione di progetto
- ☐ Valutazione di tirocinio Prova
- ☐ pratica
- ☐ Prova di laboratorio

Descrizione delle modalità e dei criteri di verifica dell'apprendimento

Italiano

La valutazione terrà conto dei risultati ottenuti nei due esami e sarà espressa in 30/30. Esame bocciato: scarsa o scarsa conoscenza degli argomenti; limitata capacità di analisi e sintesi di dati e informazioni, frequenti generalizzazioni dei contenuti richiesti; incapacità di usare il linguaggio tecnico.

18-20: Conoscenza e comprensione degli argomenti appena sufficienti, con evidenti imperfezioni; sufficiente capacità di analisi e sintesi di dati e informazioni e limitata autonomia di giudizio; scarsa capacità di usare il linguaggio tecnico.

21-23: sufficiente conoscenza e comprensione degli argomenti; sufficiente capacità di analisi e sintesi dei dati con capacità di ragionare con logica e coerenza dei contenuti richiesti; sufficiente capacità di usare il linguaggio tecnico.

24-26: Discreta conoscenza e comprensione degli argomenti; adeguata capacità di analisi e sintesi di dati e informazioni con capacità di discutere in modo rigoroso i contenuti richiesti; capacità di usare il linguaggio tecnico.

27-29: buona conoscenza e comprensione dei contenuti richiesti; buona capacità di analisi e sintesi di dati e informazioni unitamente alla capacità di discutere e presentare rigorosamente i contenuti richiesti; buona capacità di usare il linguaggio tecnico.

30: Ottimo livello di conoscenza e comprensione dei contenuti richiesti con ottima capacità di analizzare e sintetizzare dati e informazioni con capacità di discutere e presentare i contenuti richiesti in modo rigoroso, innovativo e originale; ottima capacità di usare il linguaggio tecnico.

30 L: Ottimo livello di conoscenza e comprensione dei contenuti richiesti con ottima capacità di analisi e sintesi di dati e informazioni con capacità di discutere e presentare i contenuti richiesti in modo rigoroso, innovativo ed originale; ottima capacità di usare il linguaggio tecnico.



Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Facsimile Scheda Insegnamento

Inglese

The evaluation will take into account the results obtained in the two examinations and will be expressed in 30/30

Failed exam: poor or lacking knowledge of the topics; limited ability to analyze and synthesize data and information, frequent generalizations of the requested contents; inability to use technical language.

18-20: Knowledge and understanding of the arguments just sufficient, with obvious imperfections; just sufficient ability to analyze, and synthesize data and information and limited autonomy of judgment; poor ability to use technical language.

21-23: sufficient knowledge and understanding of the topics; sufficient ability to analyse and summarise data with the ability to reason logically and coherently on the required content; sufficient ability to use technical language.

24-26: Fair knowledge and understanding of the topics: adequate ability to analyse and synthesise data and information with the ability to discuss the required content rigorously; ability to use technical language

27-29: Good knowledge and understanding of the required content; good ability to analyse and synthesise data and information together with the ability to discuss and present the required content rigorously; good ability to use technical language

30: Excellent level of knowledge and understanding of the required content with excellent ability to analyse and synthesise data and information with the ability to discuss and present the required content in a rigorous, innovative and original manner; excellent ability to use technical language.

30 L: Excellent level of knowledge and understanding of the required content with excellent ability to analyse and synthesise data and information with the ability to discuss and present the required content in a rigorous, innovative and original manner; excellent ability to use technical language.



Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Facsimile Scheda Insegnamento

Testi adottati

Italiano

Allo studente verrà fornito materiale didattico, insieme a articoli scientifici
Testi suggeriti: Barasi's Human Nutrition: A Health Perspective. CRC Press; 3rd edition.
ISBN-13 : 978-1444137200.

Inglese

Didactic material will be provided to the student. Scientific articles suggested by the Prof.
Book: Barasi's Human Nutrition: A Health Perspective. CRC Press; 3rd edition. ISBN-13 :
978-1444137200.

Bibliografia di riferimento

Italiano

Durante il corso verranno suggeriti gli articoli scientifici.

Inglese

Scientific articles will be suggested during the course.



Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Facsimile Scheda Insegnamento

Modalità di svolgimento

- ☒ Modalità in presenza Modalità
☐ a distanza

Descrizione della modalità di svolgimento e metodi didattici adottati

Italiano

Lezioni frontali con svolgimento tradizionale. Lezioni pratiche

Inglese

Theoretical and Practical lessons

Modalità di frequenza

- ☐ Frequenza facoltativa
☒ Frequenza obbligatoria

Descrizione della modalità di frequenza

Italiano

Frequenza in aula per almeno il 60% delle lezioni

Inglese

Classroom attendance for at least 60% of the lessons