

CORSO DI STUDIO: SCIENZE E TECNOLOGIE COSMETICHE E DEI PRODOTTI DEL BENESSERE

ANNO ACCADEMICO: 2025-2026

DENOMINAZIONE DELL'INSEGNAMENTO: Prodotti Nutraceutici per il Benessere
(materia opzionale a scelta)

Principali informazioni sull'insegnamento	
Anno di corso	II Anno
Periodo di erogazione	II semestre (16/03/2026 – 12/06/2026)
Crediti formativi universitari (CFU/ETCS):	6
SSD	MEDS-26/D
Lingua di erogazione	Italiano
Modalità di frequenza	Frequenza NON obbligatoria

Docente	
Nome e cognome	Donatella Paolino
Indirizzo mail	paolino@unicz.it
Telefono	09613694211
Sede	Università degli Studi "Magna Graecia" di CATANZARO, 8°Livello, Ed. Bioscienze
Sede virtuale	Portale Google Meet
Ricevimento	Tutti i giorni previo appuntamento e-mail

Organizzazione della didattica			
Ore			
Totali	Didattica frontale	Pratica (laboratorio, esercitazione, altro)	Studio individuale
150	48		102
CFU/ETCS			
6	6		

Obiettivi formativi	Gli studenti impareranno a identificare i principali componenti attivi presenti nei nutraceutici e come essi contribuiscono al miglioramento della salute e del benessere. Sarà analizzato il ruolo dei nutraceutici nell'industria cosmetica e del benessere, concentrandosi su prodotti per la pelle, capelli, unghie e altri aspetti estetici. Gli studenti acquisiranno inoltre una comprensione delle normative e delle linee guida riguardanti la produzione, l'etichettatura e la vendita di nutraceutici, oltre a considerare gli aspetti relativi alla sicurezza del loro utilizzo. Gli studenti saranno aggiornati sulle ultime tendenze nell'industria dei nutraceutici e sulle prospettive future di sviluppo di questi prodotti.
Prerequisiti	Per affrontare adeguatamente i contenuti del corso, è consigliata una conoscenza di base della biologia, della chimica generale e della fisiologia umana per una migliore comprensione dei meccanismi



	d'azione, delle interazioni e dell'efficacia dei prodotti nutraceutici. <i>Non sono tuttavia previste propedeuticità formali.</i>
Metodi didattici	L'insegnamento prevede attività di didattica frontale al fine di garantire l'acquisizione delle conoscenze teoriche e delle competenze applicative previste tra i risultati di apprendimento attesi. Sono previsti discussione di casi-studio ed esempi pratici per stimolare il pensiero critico e l'applicazione delle conoscenze, oltre che seminari con esperti del settore per fornire una prospettiva professionale e aggiornata sulle tendenze del mercato nutraceutico. Materiali didattici e risorse di approfondimento saranno resi disponibili sulla piattaforma e-learning di Ateneo.
Risultati di apprendimento previsti DD1 Conoscenza e capacità di comprensione DD2 Conoscenza e capacità di comprensione applicate DD3-5 Competenze trasversali	Al termine del corso, lo studente/la studentessa avrà acquisito una solida conoscenza dei fondamenti teorici e applicativi della nutraceutica. Sarà in grado di comprendere il ruolo dei prodotti nutraceutici nella promozione della salute e nella prevenzione di specifiche condizioni patologiche, analizzandone la composizione, i meccanismi d'azione e l'efficacia sulla base dell'evidenza scientifica disponibile. Lo studente comprenderà inoltre il quadro normativo di riferimento e le implicazioni legate alla sicurezza, qualità e sostenibilità dei prodotti nutraceutici. Lo studente sarà in grado di applicare le conoscenze acquisite per analizzare criticamente la formulazione, l'efficacia e la sicurezza dei prodotti nutraceutici. Sarà capace di valutare i bisogni nutrizionali in contesti specifici e proporre soluzioni nutraceutiche appropriate e basate su evidenze scientifiche. Inoltre, sarà in grado di interpretare dati da studi clinici, etichette e documenti regolatori, con un approccio critico e consapevole, anche in ottica di sostenibilità ambientale e innovazione del settore. DD3 – Capacità di giudizio Lo studente svilupperà la capacità di valutare criticamente la qualità, l'efficacia e la sicurezza dei prodotti nutraceutici, integrando conoscenze scientifiche, normative e commerciali. Sarà in grado di distinguere tra informazioni validate e affermazioni prive di fondamento, assumendo un atteggiamento professionale e responsabile nel consigliare o trattare l'uso di tali prodotti in ambito benessere.



	DD4 – Abilità comunicative Al termine del corso, lo studente sarà in grado di comunicare in modo chiaro e appropriato, sia oralmente che per iscritto, concetti relativi ai prodotti nutraceutici a interlocutori diversi, inclusi professionisti del settore, consumatori e collaboratori multidisciplinari. Sarà inoltre capace di partecipare a discussioni e presentazioni, utilizzando un linguaggio tecnico-scientifico adeguato. DD5 – Capacità di apprendimento Lo studente svilupperà un'autonomia nell'aggiornamento e nell'approfondimento delle conoscenze nel settore della nutraceutica, anche attraverso la consultazione di fonti scientifiche, normative e divulgative. Sarà in grado di seguire l'evoluzione del settore, analizzando in modo critico nuove tendenze, prodotti emergenti e sviluppi tecnologici.
--	--

Contenuti di insegnamento (Programma)	• Introduzione al corso e agli obiettivi di apprendimento. • Concetti fondamentali di nutraceutica: definizione, storia e sviluppo. • Regolamenti e normative sulla nutraceutica. • Nutrizione e salute: principi di base dell'alimentazione equilibrata. • Valutazione dei bisogni nutrizionali e dei fattori di rischio. • Ruolo dei nutraceutici nella prevenzione e nel sostegno alla salute. • Principi attivi e ingredienti chiave nei prodotti nutraceutici. • Tipologie di prodotti nutraceutici: integratori alimentari, probiotici, antiossidanti, ecc Meccanismi di azione e benefici dei principali nutraceutici. • Valutazione della qualità dei prodotti nutraceutici. • Studi clinici e prove scientifiche sull'efficacia dei nutraceutici. • Effetti collaterali, interazioni e precauzioni nell'uso dei prodotti nutraceutici. • Approccio olistico alla salute e al benessere. • Nutraceutici per il supporto del sistema immunitario. • Nutraceutici per la salute del sistema cardiovascolare. • Nutraceutici per la salute del sistema nervoso e il benessere mentale. • Nutraceutici per il supporto dell'apparato digerente. • Nutraceutici per la salute delle ossa e delle articolazioni. • Applicazioni specifiche dei prodotti nutraceutici: sport, invecchiamento, gestione del peso, ecc. • Impatto dei nutraceutici sull'ambiente e sulla sostenibilità. • Tendenze e sviluppi recenti nel campo dei prodotti nutraceutici.
---	--



	Revisione dei concetti chiave e delle competenze acquisite durante il corso. Discussione di casi di studio e esempi pratici di utilizzo dei prodotti nutraceutici.
Testi di riferimento	- Trattato italiano di nutraceutica clinica. A.F.G Cicero, A. Colletti, F. Di Pierro. Scripta Manent Ed. (2023) - Nutraceuticals: Efficacy, Safety and Toxicity II Edition. Ramesh C. Gupta, Rajiv Lall, Ajay Srivastava. Academic Press (2021)
Note ai testi di riferimento	Ulteriori letture consigliate per approfondimento Articoli scientifici e case reports consultabili da fonti quali Pubmed, Google Scholar etc. Altro materiale didattico Diapositive scaricabili dal sito
Materiali didattici	Materiale didattico reperibile su www.e-learning.unicz.it

Valutazione	
Modalità di verifica dell'apprendimento	L'apprendimento sarà verificato attraverso una prova finale mirata a valutare la comprensione dei contenuti teorici, la capacità di applicazione pratica delle conoscenze e il pensiero critico dello studente. La prova potrà includere: - domande a risposta multipla e/o aperta su aspetti teorici e normativi; - analisi di casi di studio; - discussione di articoli scientifici o schede di prodotti nutraceutici. Durante il corso potranno essere proposte esercitazioni, presentazioni o brevi relazioni come strumenti di valutazione formativa. Il superamento della prova finale richiede la dimostrazione di una conoscenza consapevole e integrata degli argomenti trattati.



<i>Criteri di valutazione</i>	La valutazione finale terrà conto dei seguenti criteri: Conoscenza e capacità di comprensione: padronanza dei concetti teorici fondamentali relativi alla nutraceutica, alle normative, ai meccanismi d'azione e agli ambiti applicativi. Conoscenza e capacità di comprensione applicate: abilità nell'analizzare casi pratici e proporre soluzioni coerenti e motivate, basate su evidenze scientifiche. Autonomia di giudizio: valutazione della qualità e della sicurezza dei prodotti nutraceutici, con attenzione all'affidabilità delle fonti. Abilità comunicative: uso corretto della terminologia tecnico-scientifica e capacità di comunicare in modo efficace i contenuti appresi. Capacità di apprendere: integrazione dei diversi temi affrontati durante il corso per una visione sistemica del ruolo dei nutraceutici nel benessere. Il voto finale sarà espresso in trentesimi, con eventuale lode per prestazioni eccellenti.
<i>Criteri di misurazione dell'apprendimento e di attribuzione del voto finale</i>	Il voto finale è attribuito in trentesimi. L'esame si intende superato quando il voto è maggiore o uguale a 18. Non idoneo: Significative inaccurattezze, ampie parti del programma non svolte o svolte in maniera superficiale. 18-20: Comprensione sufficiente ma superficiale. Imperfezioni evidenti. 21-23: Conoscenza routinaria 24-26: Conoscenza buona 27-29: Conoscenza più che buona 30-30L: Conoscenza ottima
<i>Altro</i>	

