



Alimenti funzionali e indice glicemico

Prof.ssa Gianna Ferretti

Dipartimento di Scienze Cliniche Specialistiche ed
Odontostomatologiche (DISCO)

Dott.ssa Tiziana Bacchetti

Dipartimento di Scienze della Vita e dell'Ambiente
(DiSVA)

Composizione degli alimenti

(carboidrati semplici-complessi, fibre, fitonutrienti)

Qualità nutrizionale degli alimenti

Indice glicemico (IG) e Carico glicemico (CG)

L' **indice glicemico** e il **carico glicemico** degli alimenti rappresentano utili indici di **qualità nutrizionale** nella prevenzione e dieto-terapia di patologie in cui il controllo glicemico è di fondamentale importanza, come il **diabete** e altre **patologie dismetaboliche (obesità, sindrome metabolica)**

Attività di consulenza ad aziende alimentari per etichettatura alimentare, nutrizionale, health claims e innovazione di prodotto



Quantità media	kJ	1543	kJ	1
Valore energetico	Kcal	368	Kcal	
Proteine	g	6,5	g	
Carboidrati di cui: zuccheri	g	51,5	g	
Grassi di cui: saturi	g	14,5	g	
colesterolo	g	9,5	g	
	mg	105,0	mg	
	g	2,5	g	