

## MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Effettuare l'iscrizione accedendo al sito [www.formatsas.com](http://www.formatsas.com).

**Le indicazioni dettagliate sulle procedure di iscrizione sono disponibili nella sezione "Iscrizioni → Modalità".**

Consultare l'apposita sezione accessibile dal menù "Formazione - corsi di formazione a distanza". Scegliere il corso FAD desiderato e cliccare sul pulsante "Iscrizione".

**Se si ha già un account:**

inserire le proprie credenziali (username e password)

**Se si è un nuovo utente:** registrarsi e creare il proprio account

Proseguire seguendo le indicazioni riportate nella pagina del corso. Sarà possibile effettuare il pagamento:

**1. Tramite Carta di Credito** online sul sito internet di Format

**2. Tramite bonifico bancario**, caricando successivamente sul sito o inviando via mail, la copia del pagamento.

Indicare come causale: nome, cognome e codice evento,

Bonifico intestato a:

FORMAT sas - via del Brennero, 136 - Trento

Cassa di Risparmio di Bolzano

Filiale di Trento - Via del Brennero

COD. IBAN: IT04F 06045 01802 00000 0091700

In caso di **autorizzazione aziendale o pagamento tramite sponsor**, sarà necessario allegare alla procedura online apposita autorizzazione della propria azienda/lettera di invito dello Sponsor. Le pre-iscrizioni verranno accettate in ordine cronologico. **Dopo 3 giorni, se la procedura di iscrizione non verrà completata, il posto riservato potrà essere reso disponibile.**

L'iscrizione si intende completata al ricevimento di una email da parte della segreteria per la **conferma dell'iscrizione**.

Tutte le comunicazioni relative all'evento verranno trasmesse solamente tramite email, pertanto Format non si assume la responsabilità nel caso in cui le comunicazioni via email siano ignorate. Il corsista si impegna ad indicare l'indirizzo email valido, a visionarlo con frequenza e a rispondere alle comunicazioni pervenute.

Per richieste di assistenza è possibile scrivere all'indirizzo [iscrizioni@formatsas.com](mailto:iscrizioni@formatsas.com) oppure contattare la segreteria: 0533-713275 o 0461-825907.

## COME ACCEDERE AL CORSO

Effettuata l'iscrizione al corso FAD, accedere al sito [www.formatsas.com](http://www.formatsas.com) ed effettuare il login inserendo le proprie credenziali dal menù "Accedi" in alto a destra.

Effettuato il login, comparirà in alto il menù **Corsi FAD**. Cliccando sul sottomenù **Corsi FAD attivi** si verrà reindirizzati direttamente sulla piattaforma FAD ([fad.formatsas.com](http://fad.formatsas.com)) in cui sarà possibile effettuare il corso acquistato.

Nella **sezione "I miei corsi"** infatti saranno disponibili tutti i corsi FAD a cui ci si è iscritti e cliccando sul titolo del corso sarà possibile accedere ai materiali e alle prove di apprendimento.

## ●● Destinatari e crediti ECM

Saranno erogati **5 CREDITI ECM** per:  
Medico Chirurgo (tutte le discipline)

Infermiere

Infermiere Pediatrico

Dietista

Farmacista

Assistente Sanitario

Biologo

Tecnico Sanitario Laboratorio Biomedico

Tecnico della Prevenzione nell'Ambiente e nei

Luoghi di Lavoro

## ●● Periodo di validità

Il corso ha validità

Dal 01 gennaio 2020

al 31 dicembre 2020

## ●● Codice corso

FAD9120NZ0101

## ●● Quota di partecipazione

Quota di iscrizione standard:

€ 25,00 (IVA esente art. 10 DPR 633/72)

Sconto 25% per studenti (esclusi dall'obbligo ECM)

Regolamento sul sito [www.formatsas.com](http://www.formatsas.com)

## Provider ECM e Segreteria Organizzativa



via del Brennero, 136 - Trento

Tel. 0533 713 275

[info@formatsas.com](mailto:info@formatsas.com) - [www.formatsas.com](http://www.formatsas.com)

Iscrizione al Registro delle Imprese di Ferrara, C.F. e P.I. 01569060385 - REA FE 178788



Azienda con sistema di qualità  
certificato ISO 9001:2015



Provider ECM Standard  
Min. Salute 514

**E.C.M.**  
Educazione Continua  
in Medicina



IGIENE E SICUREZZA DEGLI ALIMENTI

# COTTURA DEGLI ALIMENTI



FAD  
corso di  
formazione a distanza

## ●● Finalità

Il corso si propone di effettuare una panoramica sulle diverse metodiche di cottura che sono fondamentali per la distruzione dei microrganismi patogeni, ma si devono rispettare le giuste temperature, come vedremo nel corso, affinché non si distruggano le proprietà organolettiche e nutrizionali dell'alimento che si deve cuocere. Tra le tecnologie applicate agli alimenti il trattamento termico è sicuramente quello che da sempre più utilizzato per assicurare la morte dei microrganismi e maggiore sicurezza igienica. La gran parte dei microrganismi è inattivata a una temperatura di circa 60 °C per mezz'ora (la classica temperatura di pastorizzazione) o a temperature più alte per tempi più brevi; solo i germi capaci di produrre spore (ad es. funghi) necessitano di temperature ancora più elevate. È importante tener presente che la bonifica termica deve essere ben condotta (con un effettivo controllo dei tempi e delle temperature applicate) per avere il suo effetto. Nel momento in cui si tratta un alimento al calore, ad esempio nelle conserve, bisogna tener presente che ci sono microrganismi resistenti, soprattutto gli sporigeni, per cui le temperature devono raggiungere dei valori elevati, dai 90 °C ai 120 °C per tempi anche lunghi. Una delle forme più elevate di resistenza termica conosciuta è quella del *Clostridium thermosphaerum* (un batterio particolare che necessita di temperature tra 90° e 120° per essere distrutto): per assicurare la sua bonifica è necessario un trattamento a 120 °C per 45 minuti. Quando si applica un trattamento termico a un alimento bisogna tener conto anche della sua struttura e soprattutto assicurarsi che la temperatura idonea arrivi fino al cuore del prodotto. Come vedremo, nel corso, è fondamentale la temperatura, ma anche il suo mantenimento per tempi lunghi. Se l'alimento è caldo, cioè è stato sottoposto a cottura, deve essere consumato subito oppure mantenuto a temperatura elevata (al di sopra dei 60 °C) fino al momento (non troppo lungo) del consumo, per assicurarsi che non ci sia la possibilità per i microrganismi eventualmente vitali di riprodursi.

Infatti, dobbiamo sempre tener presente che se lasciamo un alimento cotto a temperatura ambiente (> 20°) i microrganismi pervenuti dall'ambiente dopo la cottura, o quelli sopravvissuti, hanno la possibilità di moltiplicarsi causando un deterioramento, o infezioni. In un alimento ricontaminato dopo cottura i microrganismi si riproducono più velocemente perché non c'è antagonismo da parte di altra flora microbica e da un certo punto di vista diventano più pericolosi dell'alimento non trattato.

## ●● Contenuti

Definizione di cottura  
Proprietà della cottura  
Materiali utilizzati nelle cotture  
Trasmissione del calore: irraggiamento, convezione, conduzione  
Metodi di cottura

## ●● Docente e Responsabile Scientifico

### Dott.ssa Shuela Curatola

Biologa - Master in Nutrizione Clinica.  
Svolge la libera professione come Biologa Nutrizionista presso farmacie, studi medici e centri sportivi di Torino e provincia.  
Docente presso PIN (Practice in Nutrizione – scuola di nutrizione di Torino).  
Ideatrice e relatrice di corsi di alimentazione e di HACCP per differenti associazioni e negozi sportivi, agenzie formative, siti di formazione fad, asili e scuole materne, baby parking e negozi per l'infanzia.  
Redattrice di articoli scientifici per la rivista online "Piemonte Atletica" e per il blog della Turin Marathon sul sito de "La Stampa".  
Autrice dei testi di alimentazione "Il giusto con gusto", "Nutrigiusto" e "Alimentazione consapevole: cibo e salute".

## ●● Obiettivi

- Definire la cottura e le relative proprietà
- Analizzare i materiali utilizzati nelle cotture
- Descrivere le modalità di trasmissione del calore e i metodi di cottura

*Obiettivo Nazionale ECM*

SICUREZZA ALIMENTARE E/O PATOLOGIE CORRELATE

## ●● Tempo richiesto

I moduli previsti per il corso sono consultabili e scaricabili anche in accessi multipli.

Tempo stimato per l'analisi della documentazione: 5 ore.

È necessario concludere la prova di apprendimento entro 90 giorni da quando il corso viene attivato dall'utente nella piattaforma FAD, senza superare il periodo di validità del corso (31/12/2020). Al termine del corso dovrà essere effettuata la prova finale di apprendimento e di gradimento, che darà diritto all'acquisizione dei crediti ECM.

## ●● Struttura del corso

Il corso è formato da moduli teorici e applicativi, con casi reali o sezioni di approfondimento, per favorire lo studio e l'apprendimento

## ●● Prova di apprendimento e gradimento

La prova di apprendimento potrà essere effettuata al termine del corso, cioè dopo aver seguito le lezioni sulla piattaforma FAD. La prova consisterà in un questionario di 15 domande a risposta multipla con 4 possibilità di risposta. La soglia di superamento prevista è del 75%.

## ●● Requisiti informatici

Non sono necessari particolari supporti informatici.

Sistema Operativo: Microsoft Windows XP o superiore / Apple Mac OS X 10.2x o superiore.  
Browser WEB: Internet explorer 5 o superiore / Firefox 2 o superiore / Safari 5 o superiore / Adobe Reader 8 o superiore

