

## COURSE SYLLABUS

### ONE HEALTH - Only a sustainable diet will save the planet!

2223-BbetweenSDG-04-05

---

#### Descrizione del modulo

Il modulo intende analizzare: a) i concetti di una sana nutrizione/alimentazione, quali sono i nutrienti necessari per la nostra salute e in che alimenti sono maggiormente presenti; b) le diete nutrizionalmente complete, come la dieta Mediterranea (dieta della Atropocene) e varianti, contestualizzate nei paesi in cui sono nate (dieta di Okinawa, New nordic Diet); c) le diete non corrette e di moda; d) quale/i è/sono le diete sostenibili anche per il pianeta nel concetto OneHealth; e) i newfood e i novel food entrano nel concetto OneHealth?

#### Obiettivi di apprendimento

Conoscere quali sono gli alimenti nutrizionalmente importanti; conoscere i principi di una dieta nutrizionalmente corretta; capire le motivazioni non-salutari delle “diete di moda”; comprendere il concetto OneHealth nel concetto più ampio di sostenibilità; conoscere le nuove tendenze sul food in un’ottica di sostenibilità ambientale.

#### Obiettivo generale

#### Abilità e competenze specifiche

#### Obiettivi di Sviluppo Sostenibile dell’Agenda 2030 dell’ONU

Obiettivo 3: Buona salute e benessere per le persone

Obiettivo 12: Consumo e produzione responsabile

## **Suddivisione degli incontri**

Il modulo sarà suddiviso in 4 incontri di 3 ore ciascuno  
Gli incontri saranno in online in diretta mediante la piattaforma Webex

## **Numero di partecipanti**

Massimo 200

## **Lingua utilizzata negli incontri**

Italiano

## **Periodo di erogazione del modulo**

22 Marzo ore 14 -17  
29 marzo ore 14-17  
5 Aprile ore 14-17  
19 Aprile 14-17

## **Modalità di accertamento degli esiti del processo di apprendimento**

Compilazione di un breve questionario di gradimento dell'insegnamento e di valutazione delle competenze tramite un report

## **Dipartimento di afferenza del docente**

Medicina e Chirurgia

## **Sustainable Development Goals**

SCONFIGGERE LA FAME | SALUTE E BENESSERE | CONSUMO E PRODUZIONE RESPONSABILI | LOTTA CONTRO IL CAMBIAMENTO CLIMATICO

---

