



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI DI MILANO-BICOCCA

## SYLLABUS DEL CORSO

### **ONE HEALTH - Solo una alimentazione sostenibile salverà il pianeta!**

2425-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 Anthropocene) 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 6 lezioni di 2 ore ciascuno

Le lezioni saranno registrate e fruibili on line a partire dal 14 marzo con cadenza settimanale.

Infine, verranno organizzati on online in diretta, mediante la piattaforma Webex, 3 incontri per domande ed eventuale discussione/confronto su i temi trattati.

Gli incontri a iscrizione saranno a metà giugno, ottobre 2025 e gennaio 2026.

Le date verranno pubblicate su e-learning 15 giorni prima.

## **Numero di partecipanti**

Massimo 300

## **Lingua utilizzata negli incontri**

Italiano

## **Periodo di erogazione del modulo**

dal 14 marzo

21 marzo

28 Marzo

4 Aprile

10 Aprile

17 Aprile

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

Compilazione di un breve questionario di gradimento dell'insegnamento e di valutazione delle competenze tramite la stesura di un comunicato stampa nell' ambito degli argomenti trattati a lezione.

## **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

---