

بسمه تعالی



دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد

دانشکده پزشکی

فرم طرح دوره نیمسال دوم ۱۴۰۲-۱۴۰۳

نام درس: اصول کلی تغذیه	کد درس: ۲۲۱۱۱۰۴
تعداد واحد: ۲	نوع واحد: نظری
مقطع و رشته تحصیلی: دکتری پزشکی عمومی	روز کلاس: دوشنبه
دروس پیشنیاز: بیوشیمی	ساعت کلاس: ۱۲-۱۰/۵
تاریخ امتحان میان ترم: با هماهنگی	تلفن داخلی دفتر: ۲۵۴۵
تاریخ امتحان پایان ترم:	ساعات حضور در دفتر:
۱۴۰۳/۴/۲۴	ایمیل: saadat124@yahoo.com

هدف کلی: آشنایی با نقش و اهمیت تغذیه در سلامت و مواد مغذی و اهمیت آنها در برنامه غذایی

اهداف اختصاصی: در پایان دوره دانشجو قادر خواهد بود مفاهیم اولیه تغذیه را درک نماید

#### حیطه شناختی

۱. کلیات تاثیر تغذیه بر سلامتی
۲. کربوهیدراتها، نقش و اهمیت آنها و تقسیم بندی
۳. پروتئینها، نقش و اهمیت آنها و تقسیم بندی
۴. چربیها، نقش و اهمیت آنها و تقسیم بندی
۵. ویتامینها، نقش و اهمیت آنها و تقسیم بندی
۶. املاح، نقش و اهمیت آنها و تقسیم بندی
۷. انرژی مورد نیاز روزانه و عوامل موثر بر آن
۸. بیماریهای ناشی از سوء تغذیه
۹. گروههای غذایی
۱۰. روشهای ارزیابی وضعیت تغذیه ای
۱۱. تغذیه گروههای آسیب پذیر

حیطه نگرشی:

۱- دانشجو به مطالعات مربوط به تغذیه علاقمندی نشان دهد.

۲- نسبت به اصلاح برنامه تغذیه ای خود اقدام نماید

حیطه رفتاری (عملکردی):

۱- به موقع در کلاس درس حضور بهم رساند

۲- تکالیف و فعالیتهای کلاسی را به نحو مطلوب انجام دهد

۳- در بحث های مرتبط به درس شرکت فعال داشته باشد

چگونگی فعالیت استاد: ۱- حضور به موقع در کلاس، ۲- انجام حضور و غیاب در ابتدای کلاس ۳- پرسش و پاسخ از مباحث جلسه قبل ۴- در صورت لزوم ارائه تکلیف برای جلسه بعد

شیوه تدریس: سخنرانی، پرسش و پاسخ

وسایل کمک آموزشی: مازیک، وایت بورد

فعالیت و تکالیف دانشجو: ۱- حضور به موقع در کلاس ۲- آمادگی لازم برای پاسخگویی به سوالات مرتبط با جلسه قبل

نحوه ارزیابی دانشجو: ۱- حضور و غیاب (۵٪) ۲- امتحان میانترم (۳۵٪) ۳- امتحان پایانترم (۶۰٪)

توضیحات:

جدول زمانبندی درس ( توجه: سر فصل دروس باید طبق سر فصل های ارائه شده توسط وزارت خانه باشد).

ردیف	تاریخ	رئوس مطالب
۱	۱۴۰۲/۱۲/۷	آشنایی با برخی اصطلاحات تغذیه ای
۲	۱۴۰۲/۱۲/۱۴	کربوهیدراتها. انواع. منابع. هضم، جذب و متابولیسم
۳	۱۴۰۲/۱۲/۲۱	پروتئینها. انواع. منابع. هضم، جذب و متابولیسم
۴	۱۴۰۳/۱/۲۰	چربیها. انواع. منابع. هضم، جذب و متابولیسم
۵	۱۴۰۳/۱/۲۷	ویتامینها. انواع. نقش و اهمیت آنها در سلامت( آ، د، ای و کا)
۶	۱۴۰۳/۲/۳	ویتامینهای محلول در آب، منابع. نقش و اهمیت آنها در سلامت
۷	۱۴۰۳/۲/۱۰	مینرالها. انواع. نقش و اهمیت آنها در سلامت، کلسیم و فسفر، نقش و اهمیت آن در سلامت
۸	۱۴۰۳/۲/۱۷	آهن. مس، روی. فلئوئور. ید، نقش و اهمیت آنها در سلامت
۹	۱۴۰۳/۲/۲۴	اصول صحیح تنظیم برنامه غذایی
۱۰	۱۴۰۳/۲/۳۱	گروه بندی غذایی و هرم راهنمای غذایی
۱۱	جبرانی	ارزیابی وضعیت تغذیه ای و روشهای آن
۱۲	۱۴۰۳/۳/۷	بیماریهای ناشی از سوء تغذیه
۱۳	۱۴۰۳/۳/۲۱	بیماریهای ناشی از سوء تغذیه
۱۴	۱۴۰۳/۴/۴	تغذیه کودکان
۱۵	۱۴۰۳/۴/۱۱	تغذیه زنان باردار و شیرده
۱۶	۱۴۰۳/۴/۱۸	تغذیه سالمندان
۱۷	جبرانی	مرور و رفع اشکال

توضیحات: روزهای تعطیل با هماهنگی دانشکده کلاس جبرانی برگزار میشود

*Linda Kelly, Nutrition & Diet Therapy*

*Mahan L K , Escott \_Stumps. Krause's Food , Nutrition and Diet Therapy .*

*Garrow J S , James WPT , Ralph A . Human Nutrition and Dietetics.*

*Maurice E, Shils , James A .Modern Nutrition in Health and Disease*

- مبانی تغذیه
- اصول تغذیه رایبسنسون