

بسمه تعالی



دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد

دانشکده پزشکی

فرم طرح دوره نیمسال اول ۱۴۰۳-۱۴۰۴

<p>نام درس: اصول کلی تغذیه</p> <p>تعداد واحد: ۲</p> <p>نوع واحد: نظری</p> <p>مقطع و رشته تحصیلی: دکتری پزشکی عمومی</p> <p>دروس پیشنیاز: بیوشیمی</p> <p>تاریخ امتحان میان ترم: با هماهنگی</p> <p>تاریخ امتحان پایان ترم: ۱۴۰۳/۱۰/۱۵</p>	<p>مدرس: نازنین کریم آباده</p> <p>مکان کلاس: ۸ پزشکی</p> <p>روز کلاس: دوشنبه</p> <p>ساعت کلاس: ۱۵:۱۲-۱۰/۴۵</p> <p>تلفن داخلی دفتر: ۲۵۴۵</p> <p>ساعات حضور در دفتر:</p> <p>ایمیل: saadat124@yahoo.com</p>
--	--

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: ماژیک ، 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	۱۴۰۳/۷/۲	آشنایی با برخی اصطلاحات تغذیه ای
۲	۱۴۰۳/۷/۹	کربوهیدراتها . انواع . منابع . هضم ، جذب و متابولیسم
۳	۱۴۰۳/۷/۱۶	پروتئینها . انواع . منابع . هضم ، جذب و متابولیسم
۴	۱۴۰۳/۷/۲۳	چربیها . انواع . منابع . هضم ، جذب و متابولیسم
۵	۱۴۰۳/۷/۳۰	بیماریهای ناشی از سوء تغذیه (ویتامینهای محلول در آب)
۶	۱۴۰۳/۸/۷	بیماریهای ناشی از سوء تغذیه (ویتامینهای محلول در چربی)
۷	۱۴۰۳/۸/۱۴	بیماریهای ناشی از سوء تغذیه (مینرالها . انواع . نقش و اهمیت آنها در سلامت،)
۸	۱۴۰۳/۸/۲۱	انرژی موردنیاز بدن ، اجزاء آن و طریقه محاسبه آن
۹	۱۴۰۳/۸/۲۸	اصول صحیح تنظیم برنامه غذایی
۱۰	۱۴۰۳/۹/۵	گروه بندی غذایی و هرم راهنمای غذایی
۱۱	۱۴۰۳/۹/۱۲	لیست جانشینی غذایی
۱۲	۱۴۰۳/۹/۱۹	ارزیابی وضعیت تغذیه ای (بررسی مصرف مواد غذایی)
۱۳	۱۴۰۳/۹/۲۶	ارزیابی وضعیت تغذیه ای (آنتروپومتریک)
۱۴	۱۴۰۳/۱۰/۳	ارزیابی وضعیت تغذیه ای (بیوشیمیایی و بالینی)
۱۵	۱۴۰۳/۱۰/۱۰	تغذیه کودکان
۱۶	۱۴۰۳/۱۰/۱۷	تغذیه زنان باردار و شیرده
۱۷	جبرانی	تغذیه سالمندان

توضیحات : کلاس جبرانی با هماهنگی دانشکده 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 رابینسون