



موضوع تدریس: تغذیه کاربردی	مدت تدریس: ۳۴ ساعت
پیش نیاز: اصول تغذیه	محل اجرا: دانشکده بهداشت
گروه هدف: دانشجویان بهداشت عمومی	مقطع: کارشناسی
تعداد واحد: ۲	نوع واحد: نظری - عملی
نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۰	مدرس: دکتر سعیده طالبی

### هدف کلی:

درک اهمیت تغذیه در تامین سلامت و آموزش تغذیه صحیح به افراد در گروه های آسیب پذیر و توانایی ارزیابی وضع تغذیه

### اهداف اختصاصی:

دانشجو پس از پایان دوره باید بتواند:

هرم راهنمای غذایی و کاربردهای آنرا بداند.

روشهای ارزیابی وضع تغذیه را بکار ببرد

آموزش تغذیه برحسب گروه های سنی به افراد آسیب پذیر را انجام دهد.

اهمیت تغذیه در برخی بیماریهای شایع را شناخته و ضمن آشنای با کلیات مراقبتهای تغذیه ای، مراجعین را به کارشناس تغذیه

ارجاع دهد..

محتوا و ترتیب ارائه:

(عناوین و رؤوس مطالبی که باید آموزش داده شود تا به اهداف دوره نائل شد. شامل: مطالب تئوری، مهارتهای عملی و ...)

عناوین	استاد مربوطه	
1	دکتر سعیده طالبی	معرفی هرم راهنمای غذایی و گروه های غذایی، جداول دریافت های غذایی مرجع و کاربرد آن
2	دکتر سعیده طالبی	معرفی کربوهیدرات ها و اثرات آن در بیماریها
3	دکتر سعیده طالبی	معرفی چربی ها و تاثیر آن در بیماریها
4	دکتر سعیده طالبی	معرفی پروتئین ها و تاثیر آن در بیماریها
5	دکتر سعیده طالبی	روشهای ارزیابی وضعیت تغذیه
6	دکتر سعیده طالبی	تغذیه در هزار روز اول زندگی
7	دکتر سعیده طالبی	تغذیه در دوران کودکی
8	دکتر سعیده طالبی	تغذیه در دوران بارداری و شیردهی
9	دکتر سعیده طالبی	تغذیه در دوران بلوغ
10	دکتر سعیده طالبی	تغذیه در دوران سالمندان
11	دکتر سعیده طالبی	معرفی الگوی تغذیه ای صحیح در دیابت
12	دکتر سعیده طالبی	معرفی الگوی تغذیه صحیح در سندرم متابولیک
13	دکتر سعیده طالبی	معرفی الگوی تغذیه صحیح در بیماریهای کلیوی
14	دکتر سعیده طالبی	معرفی الگوی صحیح در سللیاک
15	دکتر سعیده طالبی	تکلیف ۱ در سامانه بارگزاری و پس از تحویل، بازخورد داده خواهد شد
16	دکتر سعیده طالبی	تکلیف ۲ در سامانه بارگزاری و پس از تحویل، بازخورد داده خواهد شد
۱۷	دکتر سعیده طالبی	تکلیف ۳ در سامانه بارگزاری و پس از تحویل، بازخورد داده خواهد شد

**روش تدریس:**

ارائه درس در سامانه نوید+جلسات از طریق اسکای روم  
بحث، پرسش و پاسخ در گروه های مجازی و اسکای روم

**روش سنجش دانشجو:**

۷۵ درصد نمره مربوط به امتحان پایان ترم

۲۵ درصد نمره تکلیف و کار عملی

**منابع مطالعه:**

Escott-Stump S. Krause's food, nutrition, & diet therapy: Saunders Washington; 2017

تهیه و تنظیم:

دکتر سعیده طالبی

گروه تغذیه - دانشکده پزشکی مشهد