

کد درس : ۲۴

نام درس: تغذیه پیشرفته

پیش نیاز (ها): ندارد

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

هدف کلی درس: شناخت دقیق از مواد مغذی (چربی، پروتئین، کربوهیدرات، ویتامین ها، مواد معدنی و آب) و تأثیر این مواد بر سلامت جسم و روان و تداخل بین مواد مغذی، غذا و دارو.

رئوس مطالب: (۳۴ ساعت نظری)

۱. مقدمات و تاریخچه.
۲. آشنایی دقیق با سوخت و ساز انرژی در بدن.
۳. بررسی دقیق هضم، جذب، انتقال، متابولیسم، ذخیره سازی و دفع مواد مغذی در بدن.
۴. شناخت دقیق اختلالات سوخت و ساز کربوهیدرات، پروتئین ها و چربی ها در بدن.
۵. بررسی دقیق تداخل اثر بین مواد مغذی در بدن.
۶. تداخل اثر دارو و غذا در بدن.
۷. مطالعه نقش تغذیه در رفتار.
۸. نقش مواد شیمیایی گیاهی (Phytochemicals) در سلامت و درمان بیماری ها.
۹. نقش مواد شیمیایی گیاهی، ریز مغذی ها، آنتی اکسیدان ها و..... در تغذیه نیروهای نظامی.

منابع اصلی درس:

1. Krause's food, nutrition and diet therapy . saunders .L. mahan,k. and Escott _stump,s publishing. last edition

2. ROLFES & PINNA & WHITNEY, Understanding normal and clinical nutrition, Thomson publishing , last edition

شیوه ارزشیابی دانشجویی: آزمون کتبی پایان ترم

