

هدف کلی درس:

در پایان این درس دانشجو باید درک جامعی از ارتباط هم‌افزا میان تغذیه، سلامت و بیماری داشته باشد. به طور ویژه، دانشجو باید بتواند:

- سازوکارهای چگونگی تأثیر کمبودهای اختصاصی موادمغذی بر سلامت و بیماری در دستگاههای مختلف بدن را مورد بحث قرار دهد.
- نقش موادمغذی در سبب‌شناسی بیماریهای عمده مزمن مرتبط با شیوه زندگی شامل بیماری عروق کرونر قلبی، دیابت و سرطان را تشریح کند.
- اثرات کم‌غذایی، بیش‌خواری، بیماریهای مزمن و بیماریهای عفونی بر وضعیت تغذیه‌ای را بیان کند.
- ویژگیها و موارد کاربرد راهکارهای مختلف برپایه موادمغذی و پیشگیرانه در سطوح فردی و جمعیتی را بشناسد.

شرح درس: نقش تغذیه در ارتقای سلامت و پیشگیری از بیماریها

رئوس مطالب (۳۴ ساعت نظری):

۱- مقدمه: رویکرد چرخه زندگی

۱-۱- تغذیه در دوران بارداری

۱-۲- برنامه‌ریزی دوره جنینی

۱-۳- بیماریهای مزمن دوره بزرگسالی

۲- ارتباط هم‌افزا میان تغذیه، سلامت و بیماری

۲-۱- نقش تغذیه در حفظ تندرستی

۲-۲- تأثیر بیماری بر وضعیت تغذیه‌ای و دریافت غذایی

۳- نگرانیهای تغذیه‌ای از دیدگاه سلامت همگانی در مراحل زندگی: سبب شناسی، پاتوفیزیولوژی، تظاهرات بالینی، پی‌آمدها (عوارض)، رویکردهای درمانی و راهکارهای پیشگیری

۳-۱- کمبودهای موادمغذی مانند ویتامین A، ویتامین D، آهن، کلسیم، روی

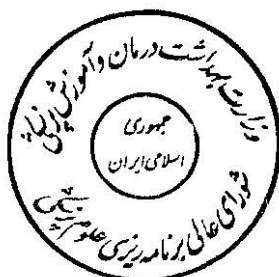
۳-۲- بیش‌خواری و چاقی

۳-۳- بیماریهای مزمن مرتبط با شیوه زندگی، مانند بیماری عروق کرونر قلبی، سرطان، پوکی‌استخوان، پوسیدگی دندان

۴- تغذیه و بیماریهای عفونی، مانند HIV/AIDS، سل

• مقاله/گزارش دانشجو (۲۰٪)

• مطالعه موارد (۲۰٪)



منابع درس: (Latest edition)

1. Danton _ Hill J. ,Nishida ,C. and James ,W.P.T. 2004. A Life Course Approach to Diet , Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases. Public Health Nutrition 7: (IA) 101 _ 121.
2. Key ,T.J. ,Schatzkin ,A. ,Willet ,W. et al. 2004. Diet ,Nutrition and the Prevention of Cancer. Public Health Nutrition 7: (IA) 187 _ 200.
3. FAO/WHO Expert Consultation on Human Vitamin and Mineral Requirements. 2002. Report on Recommended Nutrient Intakes. FAO: Bangkok ,Thailand.
4. Food and Nutrition Board ,Institute of Medicine. 2002. Dietary Reference Intakes for Energy , Carbohydrates ,Fiber ,Fat ,Fatty Acids (Macronutrients). [http: //www.nap.edu](http://www.nap.edu).
5. Food and Nutrition Board ,Institute of Medicine. 2001. Dietary Reference Intakes for Vitamin A ,Vitamin K ,Arsenic ,Boron ,Chromium ,Copper ,Iodine ,Iron ,Manganese ,Molybdenum , Nickel ,Silicon ,Vanadium and Zinc. Washington (DC) National Press.
6. Mahan ,L.K. and Escott _ Stump ,S. Krause's Food ,Nutrition and Diet Therapy. WB Saunders. United Nations Administrative Committee on Coordination. Sub _ Committee on Nutrition
7. Whitney ,E.N. ,Cataldo C.B. and Rolfes ,S.R. Understanding Normal and Clinical Nutrition. California: West Publishing Company.
8. World Health Organization. 2003. Diet ,Nutrition and the Prevention of Chronic Disease. Report of a Joint WHO/FAO expert consultation.

شیوه ارزیابی دانشجو:

- مشارکت در کلاس (۱۰٪)
- آزمونها (۵۰٪)

