

کد درس: ۱۴

نام درس: تغذیه پیشرفته ۲

پیش نیاز یا همزمان: تغذیه پیشرفته ۱ کد ۱۳

تعداد واحد: ۳

نوع واحد: نظری

### هدف کلی درس:

آشنایی با اهمیت ویتامین ها و مواد معدنی و نقشهای ویژه آنها در متابولیسم و تنظیم اعمال بدن، و همچنین آشنایی با مفاهیم و مباحث عمیق و جدید در این موارد می باشد.

### شرح درس:

انتظار می رود دانشجویان در پایان این درس بتوانند با توجه به یافته های جدید در مورد ساختمان شیمیایی ویتامین ها و خصوصاً آنها، هضم و جذب، انتقال و ذخیره، متابولیسم و فعالیت در بدن، روشهای تشخیص تعیین وضعیت، مقادیر مورد نیاز توصیه شده و پی آمدهای کمبود و اضافه دریافت، کنش و ارتباط متقابل املاح و ویتامین ها با یکدیگر و سایر مواد مغذی، مواد موثر بر جذب هر یک از ویتامین ها و املاح به بحث پردازد

### رئوس مطالب نظری: (۵۱ ساعت)

مفاهیم اساسی در ضروری بودن ویتامین ها و املاح، روشهای تعیین میزان نیاز به ریز مغذی ها، نقش زیر مغذی ها در آزاد سازی انرژی و متابولیسم، نقش ریز مغذی های در خونسازی، نقش ریز مغذی ها در تولید و تکثیر و حفظ سلولی، نقش ریز مغذی های در استخوان سازی و متابولیسم آن

### منابع اصلی درس: آخرین ویرایش

- 1- Shils, ME.Olson. JA. Sholk. M.Ross, CA. Modern Nutrition In Health & Disease
- 2- Stipanuk. MH. Biochemical and physiological, Aspects in Human Nutrition.
- 3- Raucher RB. Et al. Handbook of Vitamins

### شیوه ارزشیابی دانشجو:

- امتحان پایان ترم
- ارائه کنفرانس کلاسی توسط دانشجو در مورد تحقیقات جدید درمطالب مرتبط

