

کد درس: ۰۱

نام درس: تغذیه پایه

پیش نیاز(ها): ندارد

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

هدف کلی درس: آشنایی بیشتر با مبانی علم تغذیه

رئوس مطالب (۳۴ ساعت نظری)

- ۱- مروری بر سیر تحول علم تغذیه ، ارتباط تغذیه و سلامت ۲- ترکیبات مواد غذایی : کربوهیدرات ها ، لیپیدها ، پروتئین ها ، ویتامین ها ، املاح و سایر ترکیبات موجود در غذا مانند رنگدانه ها ، اسیدهای آلی و....
- ۳- نقش تغذیه ای هر یک از ترکیبات مواد غذایی در کارکرد صحیح بدن ۴- بیماریهای ناشی از سوء تغذیه
- ۵- تغذیه گروه های سنی مختلف ۶- انرژی و فعالیت، محاسبه ی مقدار انرژی مورد نیاز بدن

منابع اصلی درس

1- mahan l,k. and Escott_stump,s .krauses food,nutritionand diet therapy. saunders publishing .Last edition.

2-Rolfes,S.R.etal..Understanding normal and clinical nutrition. Thomson publishing Last edition..

شیوه ارزیابی دانشجو: آزمون کتبی آخر ترم و تمرین های درسی در طول ترم

