

راهنمای واحد درسی اصول تغذیه در نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳

مدرس/مدرسین: دکتر پروین دهقان

پیش نیاز یا واحد همزمان: فیزیولوژی و بیوشیمی عمومی

مقطع: کارشناسی

نوع واحد: ۲ واحد نظری

تعداد واحد: ۲

تعداد جلسات: ۱۷

تاریخ شروع و پایان جلسات: ۱ مهر ماه تا ۲۷ دی ماه

زمان برگزاری جلسات در هفته: روزهای دوشنبه

مکان برگزاری جلسات حضوری: دانشکده تغذیه و علوم غذایی، کلاس 7

– هدف کلی و معرفی واحد درسی

– در پایان این دوره انتظار می رود دانشجو بتواند اهمیت و نقش تغذیه در سلامت انسان، ارزش تغذیه ای انواع مواد غذایی، نیازمندیهای تغذیه ای انسان در شرایط عادی و حالت خاص فیزیولوژیک و بیماریهای ناشی از سوء تغذیه را بیان کند .

## اهداف آموزشی واحد درسی

انتظار می رود فراگیران بعد از گذراندن این دوره بتوانند:

- وضعیت کنونی و آینده غذا و تغذیه، وضعیت جغرافیایی تغذیه ای جنبه های سیاسی و اقتصادی تغذیه در ایران و جهان و شرایط تولید و مصرف مواد غذایی را بیان نمایند.
- با گروههای مهم مواد غذایی، جدول ترکیبات مواد غذایی، الگوها و راهنماهای غذایی و توصیه های تغذیه ای آشنا شوند.
- اهمیت انتخاب مواد غذایی متنوع برای یک رژیم غذایی متعادل، استانداردهای یک رژیم متعادل را بیان نمایند.
- نقش و اهمیت مواد مغذی در بدن، هضم و جذب، متابولیسم و ذخیره مواد مغذی در بدن، نیازمندیهای تغذیه ای گروههای مختلف جامعه را بدانند.
- اهمیت درشت مغذی ها روی از لحاظ عملکرد بیولوژیکی و سلولی، هضم و جذب و متابولیسم، منابع غذایی، ارزیابی علل کمبود و نحوه درمان ، میزان نیاز در بدن در بیماریهای مختلف بیان نمایند.
- اهمیت مینرال ها را از لحاظ توزیع، عملکرد بیولوژیکی و سلولی، هضم و جذب و متابولیسم، منابع غذایی، ارزیابی وضعیت، علل کمبود و نحوه درمان ، علل مسمومیت و نحوه درمان، میزان نیاز در بدن بیان نمایند.
- اهمیت ویتامینها از لحاظ توزیع، عملکرد بیولوژیکی و سلولی، هضم و جذب و متابولیسم، منابع غذایی، ارزیابی علل کمبود و نحوه درمان ، علل مسمومیت و نحوه درمان، میزان نیاز در بدن بیان نمایند.

## شیوه ارائه آموزش

سخنرانی تعاملی، مباحثه، تشویق دانشجویان جهت مشارکت در مباحث، سوال و جواب، ارایه تمرین کلاسی توسط دانشجویان

## شیوه ارزیابی دانشجو

الف) در طول دوره: تکالیف و فعالیت کلاسی، پرسش و پاسخ کلاسی، امتحان میان ترم بارم: ۵

ب) پایان دوره: تستی و تشریحی کوتاه پاسخ بارم: ۱۵

حداقل نمره قبولی برای این درس: ۱۰

تعداد ساعات مجاز غیبت برای این واحد درسی: چهار جلسه

## منابع آموزشی

- Williams' Basic Nutrition & Diet Therapy, 16th Edition, ISBN: 9780323653763

Copyright: 2022, Publication Date: 07-20-2021

- Raymond JL, Morrow K. Krause and Mahan is Food and the Nutrition Care Process, 16e, E-Book. Elsevier Health Sciences; 2022 Jul 30.

## منابع آموزشی برای مطالعه بیشتر

- Davidson S, Passmore R. Human nutrition and dietetics. Human nutrition and dietetics. (last edition).

اطلاعات تماس

مدرس/مدرسین دوره (تلفن، ایمیل و ...):

[Dehghan.nut@gmail.com](mailto:Dehghan.nut@gmail.com)

داخلی ۳۲۴

۰۴۱ ۳۳۳۷۶۲۳۱

- دکتر پروین دهقان

کارشناس آموزشی (تلفن، ایمیل و ...):

خانم سلیمانی، آقای حسینی، آقای چیلان

[Nutritionfaculty@tbzmed.ac.ir](mailto:Nutritionfaculty@tbzmed.ac.ir)

ایمیل کارشناس گروه

۰۴۱۳۳۳۷۰۰۰۹

تلفن کارشناس گروه

۰۴۱۳۳۳۷۰۰۰۹

تلفن کارشناس آموزش