

طرح درس

عنوان درس: تغذیه کاربردی
تعداد واحد: 2 واحد 1/5 واحد تئوری) +0/5 عملی
ترم و رشته: 2: کارشناسی بهداشت عمومی
مدرس: دلوریان زاده
تعداد دانشجویان: 22 نفر
سال تحصیلی: 96-97

شرح درس: در این درس مطالب ذیل ارائه می گردد:

آشنایی با تعریف تغذیه و گروههای مواد غذایی - ارتباط تغذیه و بهداشت - تقسیم بندی تغذیه مادر و کودک

اهداف کلی:

هدف از این درس آشنایی دانشجویان با تغذیه مادر و کودک

اهداف اختصاصی:

با گذراندن این درس فراگیر باید بتواند:

- 1- تغذیه دوران های زندگی - تغذیه دوران بارداری را بیان کند. حضور در درمانگاه جهت ارزیابی وضع تغذیه زنان باردار، اجرای برنامه آموزشی تغذیه دوران بارداری در زایمان فیزیولوژیک
- 2- تغذیه دوران های زندگی - تغذیه دوران شیردهی را توضیح دهد. حضور در درمانگاه جهت ارزیابی وضع تغذیه زنان باردار
- 3- تغذیه دوران های زندگی - تغذیه با شیر مادر و اثرات آن را بیان کند و در مورد انواع روش های شیر دهی توضیح دهد. حضور در مراکز بهداشتی درمانی و خانه های بهداشت و تعیین تاخیر رشد در کودکان
- 4- تغذیه دوران های زندگی - تغذیه تکمیلی - تغذیه کودکان 12-24 ماه را شرح دهد. حضور در مراکز بهداشتی درمانی و خانه های بهداشت و تعیین وضع تغذیه کودکان زیر دو سال
- 5- تغذیه دوران های زندگی - تغذیه 2-5 سال را توضیح دهد. حضور در مراکز بهداشتی درمانی جهت تعیین وضع تغذیه کودکان
- 6- تغذیه دوران های زندگی - تغذیه دوران بلوغ را شرح دهد. حضور در مدارس جهت ارزیابی وضع تغذیه نوجوانان
- 7- تغذیه دوران زندگی - تغذیه سالمندان (حضور در خانه سالمندان)
انواع کم خونی ها و کم خونی فقر آهن آن را تعریف کند
- 7- انرژی - روش های اندازه گیری و نیاز های انرژی را توضیح دهد
- 8- محاسبه کالری روزانه را شرح دهد.
- 9- لیست جانشین مواد غذایی را تعریف کند و در مورد و روش استفاده آنرا توضیح دهد.
- 10- روش های ارزیابی تغذیه ای را بیان نماید

- 11- اسلایدهای مربوط به سوء تغذیه (بری بری - پلاگر - کواشیوکور - ماراسموس - آنگولار استوماییتیس - گلوستیتوز - کیلوز-) مشاهدات بالینی را بیان نماید.
- 12- رژیم دیابتی و بیماریهای متابولیک کودکان را بیان نماید
- 13- نمایش اسلایدهای تغذیه (گواتر - فلوئورزیس - لکه بیتوت - گزروفتالمی - شبکوری - کراآتومالاسی) مشاهدات بالینی را بیان نماید.
- 14- امتحان پایان ترم

روش تدریس و وسایل مورد نیاز:

بحث گروهی - مازیک - وایت برد - کامپیوتر - PC پروژکتور
و به منظور افزایش اثربخشی آموزش و نیز ایجاد انگیزه در دانشجویان بخش پایانی هر جلسه به پرسش و پاسخ اختصاص داده می شود..

مسئولیتها و فعالیت‌های فراگیران:

الف) حضور مرتب و فعال در کلاس
ب) تهیه و گزارش

منابع اصلی درس:

- 1) Essential of nutrition & diet therapy
- 2) Modern Nutrition & Diet therapy
- 3) Human nutrition
- 4) Krause, s food & diet therapy 2013
- 5) Annual editions nutrition
- 6) Perspectives in nutrition Wardlaw Hampl Disilvestro
- 7) Nutrition and diet therapy Catldo, De Bruyne, Whitney
- 8) A color Atlas of nutritional disorders Donald S. McLaren

منابع وابسته برای مطالعه بیشتر:

تغذیه مادر و کودک : شهناز خاقانی
اصول تغذیه رابینسون: ناهید خلدی
مبانی علم تغذیه: دکتر مینودخت فروزانی
تغذیه و مسایل غذایی: دکتر محمدحسن محمدها
اصول نوین تغذیه: دکتر منوچهر سعادت نوری
اصول تغذیه کراوس زیر نظر دکتر سید علی کشاورز ترجمه دکتر فرزاد شید فر , ناهید خلدی
تغذیه درمانی گیتی صدیق - آزاده امین پور - تغذیه پزشکی - دکتر فروغ اعظم طالبان
رژیم های غذایی از انجمن تغذیه دانان ایران (اتا) - رژیم های غذایی: مرضیه متولی

آدرس های اینترنتی:

1-Center for Disease Control .www.cdc.gov/needphp/dnpa2-Institute of
Medicine DRIs for energy

روش ارزشیابی دانشجویان:

نمره تئوری: 1- آزمون پایان ترم 2- پرسش و پاسخ کلاسی 1نمره

1- نمره اضافی حضور مرتب و بدون غیبت و بدون تاخیر و رعایت شئونات دانشجویی در همه کلاسها

1- کار در درمانگاه و گروه آسیب

موفق باشید