

بسمه تعالی
دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه
دانشکده علوم تغذیه و صنایع غذایی
قالب نگارش طرح درس
🌿🌿🌿🌿🌿🌿🌿🌿

عنوان درس : مباحث جاری تغذیه

غیر مرتبط

تعداد و نوع واحد : ۲ واحد نظری

درس پیش نیاز : تغذیه پیشرفته ۲۱

مدرس : *سید مصطفی نچواک (۵۰٪) ، مهنوش صمدی (۵۰٪)

*طراح طرح درس و مسوول درس

مخاطبان : دانشجویان ترم ۳ کارشناسی ارشد تغذیه

ساعت مشاوره : شنبه ۱۳-۱۴

زمان ارائه درس : شنبه ساعت ۸-۱۰

نیمسال: اول ۱۴۰۳-۱۴۰۲

هدف کلی درس :

آشنایی با مطالب و موضوعات جدید تغذیه ای که در مورد آنها گزارش های ناهاهنگگ جود دارد و بحث انگیز هستند

اهداف کلی جلسات : (جهت هر جلسه یک هدف)

- ۱- آشنایی با اپیدمیولوژی سرطان
- ۲- آشنایی با نقش تغذیه در ابتلا و پیشگیری از سرطان
- ۳- آشنایی با نقش تغذیه در ابتلا و پیشگیری از سرطان
- ۴- آشنایی با آلرژی و عدم تحمل غذایی
- ۵- آشنایی با نقش ورزش در متابولیسم انرژی
- ۶- آشنایی با سیستم های تامین انرژی در ورزش
- ۷- آشنایی با نقش تغذیه در استرس های سایکولوژیک
- ۸- آشنایی با نقش تغذیه در استرس های سایکولوژیک
- ۹- آشنایی با مکانیسم های فیزیولوژیک کنترل اشتها
- ۱۰- آشنایی با مکانیسم های فیزیولوژیک کنترل اشتها
- ۱۱- آشنایی با Functional foods
- ۱۲- آشنایی با اصول و مبانی personalized diet
- ۱۳- آشنایی با اصول و مبانی personalized diet
- ۱۴- آشنایی با مهندسی ژنتیک و مواد غذایی دگرگون شده
- ۱۵- آشنایی با مکانیسم های nutrient sensing
- ۱۶- آشنایی با مکانیسم های nutrient sensing

اهداف ویژه به تفکیک اهداف کلی هر جلسه :

جلسه اول

هدف کلی : آشنایی با اپیدمیولوژی سرطان

اهداف ویژه : آشنایی با سرطان و انواع مطالعات تغذیه ای در رابطه با سرطان

در پایان دانشجو قادر باشد :

- ۱- اپیدمیولوژی سرطان را بداند.
- ۲- انواع مطالعات تغذیه ای در رابطه با سرطان را توضیح دهد.

جلسه دوم

هدف کلی: آشنایی با نقش تغذیه در ابتلا و پیشگیری از سرطان
اهداف ویژه:

- ۱- آشنایی با کاشکسی در سرطان
در پایان دانشجو قادر باشد:
- ۱- سازو کار های بروز آنورکسی در سرطان را توضیح دهد.
- ۲- اصول درمان تغذیه ای کاشکسی در سرطان را توضیح دهد.
- ۳- حمایت های تغذیه ای برای مبتلایان به سرطان را توضیح دهد.

جلسه سوم

هدف کلی: آشنایی با نقش تغذیه در ابتلا و پیشگیری از سرطان
اهداف ویژه: آشنایی با تغییرات متابولیسم ماکرو نوترینت ها در سرطان
در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۳- تغییرات در متابولیسم انرژی و اندازه بدن در سرطان را شرح دهد.
- ۴- نقش گروههای غذایی، فیبر و الکل در بروز سرطان را توضیح دهد.
- ۵- ارتباط بین مصرف مکمل های غذایی (ویتامین و املاح) و ابتلا به سرطان را توضیح دهد.

جلسه چهارم

هدف کلی: آشنایی با آلرژی و عدم تحمل غذایی
اهداف ویژه:

آشنایی با تفاوت آلرژی و عدم تحمل غذایی
در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- سازو کارها و نشانه های آلرژی و عدم تحمل غذایی را توضیح دهد.
- ۲- سلیاک، عدم تحمل لاکتوز و فاویسم را توضیح دهد.
- ۳- آلرژی ناشی از مسمومیت با هیستامین را توضیح دهد.

جلسه پنجم:

هدف کلی: آشنایی با نقش ورزش در متابولیسم انرژی
اهداف ویژه: آشنایی با متابولیسم انرژی در ورزش های هوازی و غیر هوازی
در پایان دانشجو قادر باشد:

۱. تغییرات هورمونی به هنگام ورزش را توضیح دهد.
۲. EPOC را شرح دهد.
۳. نقش BCAA در متابولیسم انرژی به هنگام ورزش را شرح دهد.

جلسه ششم:

هدف کلی: آشنایی با سیستم های تامین انرژی در ورزش
اهداف ویژه: آشنایی با منبع انرژی براساس نوع و شدت ورزش
در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- متابولیسم کراتین در تولید انرژی را شرح دهد.
- ۲- نقش گلیکولیز و سیکل کربس در تولید ATP در ورزشکاران را شرح دهد.
- ۳- علت بروز خستگی در ورزش های هوازی و غیر هوازی را توضیح دهد.

جلسه هفتم

هدف کلی: آشنایی با نقش تغذیه در استرس های سایکولوژیک
اهداف ویژه: آشنایی با نقش تغذیه در بروز برخی از حالات روحی - روانی
در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- احساسات مثبت و منفی نسبت به غذا را توضیح دهد.
- ۲- رابطه امنیت غذایی با وضعیت سایکولوژیک را توضیح دهد.
- ۳- رابطه دریافت مواد غذایی با وضعیت روحی روانی را شرح دهد.

جلسه هشتم

هدف کلی: آشنایی با نقش تغذیه در استرس های سایکولوژیک
اهداف ویژه: آشنایی با نقش تغذیه در بروز برخی از حالات روحی - روانی
در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۴- احساسات مثبت و منفی نسبت به غذا را توضیح دهد.
- ۵- رابطه امنیت غذایی با وضعیت سایکولوژیک را توضیح دهد.
- ۶- رابطه دریافت مواد غذایی با وضعیت روحی روانی را شرح دهد.

جلسه نهم

هدف کلی: آشنایی با مکانیسم های فیزیولوژیک کنترل اشتها
اهداف ویژه: آشنایی با کنترل های مرکزی دریافت غذا و اشتها
در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- نقش ساقه ی مغز، هیپوتالاموس، نوروپپتیدها، نوروترانسمیترها، مکانیسم های لذت و مسیرهای لیمبیک قشر مغز را در کنترل دریافت غذا توضیح دهد.

جلسه دهم

هدف کلی: آشنایی با مکانیسم های فیزیولوژیک کنترل اشتها
اهداف ویژه: آشنایی با کنترل های محیطی دریافت غذا و اشتها
در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- سیگنال‌های عصبی، سیگنال‌های مواد مغذی، هورمون‌های روده‌ای، هورمون‌های پانکراسی، هورمون‌های بافت چربی، سایر هورمون‌ها و سیگنال‌های سیستم ایمنی در کنترل دریافت غذا را توضیح دهد.

جلسه یازدهم

هدف کلی: آشنایی با Functional foods

اهداف ویژه: آشنایی با پروبیوتیک و پره بیوتیک در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- فانکشنال فود را تعریف نماید.
- ۲- اثرات فانکشنال فود بر سلامت انسان را توضیح دهد.

جلسه دوازدهم

هدف کلی: آشنایی با اصول و مبانی personalized diet

اهداف ویژه: آشنایی با رابطه بین پلی مرفیسم و تغذیه در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- رژیم های فردی شده را تعریف نماید.
- ۲- توصیه رژیم غذایی بر اساس پلی مرفیسم را شرح دهد.

جلسه سیزدهم

هدف کلی: آشنایی با اصول و مبانی personalized diet

اهداف ویژه: آشنایی با سازو کار تاثیر مواد مغذی در بیان ژن ها در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- پلی مرفیسم های شایع در مداخلات تغذیه ای را توضیح دهد.
- ۲- وضعیت کنونی رژیم های فردی شده در جهان را توضیح دهد.

جلسه چهاردهم

هدف کلی: آشنایی با مهندسی ژنتیک و مواد غذایی دگرگون شده

اهداف ویژه: آشنایی با تکنیک های recombinant DNA در تولید مواد غذایی در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۴- محصولاتی که در تولید آنها از مهندسی ژنتیک استفاده شده است را نام ببرد.
- ۵- هدف استفاده از مهندسی ژنتیک در تولید مواد غذایی را شرح دهد.
- ۶- تغییرات تغذیه ای در محصولات غذایی تولید شده بوسیله مهندسی ژنتیک را توضیح دهد.

جلسه پانزدهم

هدف کلی: آشنایی با مکانیسم های nutrient sensing

اهداف ویژه: آشنایی با مفاهیم مولکولار رشد سلولی در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- nutrient sensing را تعریف نماید.
- ۲- nutrient sensing توسط روده را توضیح دهد.
- ۳- مواد مغذی داخل سلولی را که بعنوان سنسور عمل می کنند شرح دهد.

جلسه شانزدهم

هدف کلی: آشنایی با مکانیسم های nutrient sensing

اهداف ویژه: آشنایی با NUTRIENT SIGNALING PATHWAYS

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- مسیر target of rapamycin در nutrient sensing را توضیح دهد.
- ۲- Nutrient Signaling to Protein Degradation در nutrient sensing را توضیح دهد.

جلسه هفدهم

امتحان پایان ترم

منابع:

۱- اصول تغذیه کراوس ترجمه گیتی ستوده. ۲۰۱۰

2-L.Kathleen , Sylvia Escott –Stump. Krause, s Food and the nutrition care process . 14th ed.Elseivire. Sunders.2017

3- A catharina r.etal.Modern nutrition in health and disease 11th ed lippinkon . 2014

روش تدریس:

سخنرانی ، بحث گروهی در سامانه نوید

وسایل آموزشی:

سامانه نوید – skype

سنجش و ارزشیابی

آزمون	روش	سهم از نمره کل(بر حسب درصد)	تاریخ	ساعت
کوئیز	-	-	-	-
آزمون میان ترم	تشریحی	۳	جلسه هشتم	۸-۱۰
آزمون پایان ترم	تستی-تشریحی	۱۵	هفدهم	۱۰:۳۰-۱۲:۳۰
حضور فعال در کلاس	حضور و غیاب- بحث گروهی- پرسش و پاسخ	۲	تمام جلسات	۸-۱۰

مقررات کلاس و انتظارات از دانشجو:

از دانشجویان محترم انتظار می رود:

- ۱- حضور منظم و دقیق در جلسات درس مجازی داشته باشند .
- ۲- در بحث های گروهی و فعالیت های آموزشی سامانه نوید مشارکت نمایند.
- ۳- در هر جلسه آمادگی پاسخ گویی به سؤالات مبحث قبلی را داشته باشند .
- ۴- از دیگر منابع و سایت های معتبر علمی استفاده نمایند .

جدول زمانبندی درس مباحث جاری تغذیه
روز و ساعت جلسه : شنبه ها ساعت (۱۰-۸)

جلسه	موضوع درس	مدرس	تاریخ	روش تدریس وسيله کمک آموزشی
۱	آشنایی با مکانیسم های فیزیولوژیک کنترل اشتها	دکتر سید مصطفی نچواک	۱۴۰۲/۷/۱	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۲	آشنایی با مکانیسم های فیزیولوژیک کنترل اشتها	دکتر سید مصطفی نچواک	۱۴۰۲/۷/۸	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۳	آشنایی با Functional foods	دکتر سید مصطفی نچواک	۱۴۰۲/۷/۱۵	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۴	آشنایی با اصول و مبانی personalized diet	دکتر سید مصطفی نچواک	۱۴۰۲/۷/۲۲	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۵	آشنایی با اصول و مبانی personalized diet	دکتر سید مصطفی نچواک	۱۴۰۲/۷/۲۹	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۶	آشنایی با سیستم های تامین انرژی در ورزش	دکتر سید مصطفی نچواک	۱۴۰۲/۸/۶	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۷	آشنایی با مکانیسم های nutrient sensing	دکتر سید مصطفی نچواک	۱۴۰۲/۸/۱۳	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۸	آشنایی با مکانیسم های nutrient sensing	دکتر سید مصطفی نچواک	۱۴۰۲/۸/۲۰	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۹	آشنایی با آلرژی و عدم تحمل غذایی	دکتر مهنوش صمدی	۱۴۰۲/۸/۲۷	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۱۰	آشنایی با نقش تغذیه در استرس فیزیولوژیک	دکتر مهنوش صمدی	۱۴۰۲/۹/۴	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۱۱	آشنایی با نقش تغذیه در بیماریهای التهابی	دکتر مهنوش صمدی	۱۴۰۲/۹/۱۱	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۱۲	آشنایی با نقش تغذیه در بیماریهای التهابی	دکتر مهنوش صمدی	۱۴۰۲/۹/۱۸	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۱۳	آشنایی با نقش تغذیه در بیماریهای التهابی	دکتر مهنوش صمدی	۱۴۰۲/۹/۲۵	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۱۴	آشنایی با رژیم های غذایی تغییر یافته	دکتر مهنوش صمدی	۱۴۰۲/۱۰/۲	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۱۵	آشنایی با رژیم های غذایی تغییر یافته	دکتر مهنوش صمدی	۱۴۰۲/۱۰/۹	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۱۶	آشنایی با مهندسی ژنتیک و مواد غذایی دگرگون شده	دکتر مهنوش صمدی	۱۴۰۲/۱۰/۱۶	وایت برد - ویدیو پروژکتور
۱۷	امتحان پایان ترم			

نام و امضای مدرس: دکتر سید مصطفی نچواک - دکتر مهنوش صمدی

نام و امضای مسئول EDO دانشکده: دکتر معین بشیری

نام و امضای مدیر گروه: دکتر امیر صابر

تاریخ ارسال: ۱۴۰۲/۷/۳

تاریخ تحویل: ۱۴۰۲/۷/۳