

بسمه تعالی

دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه

دانشکده بهداشت

قالب نگارش طرح درس



مخاطبان: دانشجویان ترم ۳ کارشناسی ارشد تغذیه

ساعت مشاوره: چهارشنبه ۱۵-۱۳

زمان ارائه درس: شنبه ساعت ۱۰-۸

نیمسال: دوم ۱۴۰۳-۱۴۰۴

عنوان درس: مباحث جاری تغذیه

تعداد و نوع واحد: ۲ واحد نظری

درس پیش نیاز: تغذیه پیشرفته ۱ و ۲

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

*طراح طرح درس

هدف کلی درس:

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

اهداف کلی جلسات: (جهت هر جلسه یک هدف)

- ۱- آشنایی با مکانیسم های فیزیولوژیک کنترل اشتها
- ۲- آشنایی با مکانیسم های فیزیولوژیک کنترل اشتها
- ۳- آشنایی با سندرم متابولیک
- ۴- آشنایی با اصول و مبانی personalized diet
- ۵- آشنایی با مفاهیم نوین چاقی کودکان
- ۶- آشنایی با سیستم های تامین انرژی در ورزش
- ۷- آشنایی با non dieting approaches
- ۸- آشنایی با رویکردهای تغذیه ای در سالمندی و Aging
- ۹- آشنایی با آلرژی و عدم تحمل غذایی
- ۱۰- آشنایی با نقش تغذیه در استرس فیزیولوژیک
- ۱۱- آشنایی با نقش تغذیه در بیماریهای التهابی
- ۱۲- آشنایی با نقش تغذیه در بیماریهای التهابی
- ۱۳- آشنایی با نقش تغذیه در بیماریهای التهابی
- ۱۴- آشنایی با رژیم های غذایی تغییر یافته
- ۱۵- آشنایی با رژیم های غذایی تغییر یافته
- ۱۶- آشنایی با مهندسی ژنتیک و مواد غذایی دگرگون شده

اهداف ویژه رفتاری به تفکیک اهداف کلی هر جلسه:

جلسه اول

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 دوم

هدف کلی: آشنایی با مکانیسم های فیزیولوژیک کنترل اشتها

اهداف ویژه: آشنایی با کنترل‌های محیطی دریافت غذا و اشتها

در پایان دانشجو قادر باشد:

- 1- 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 سوم

هدف کلی: آشنایی با سندرم متابولیک

اهداف ویژه: آشنایی با تعامل مقاومت به انسولین و سندرم متابولیک در پایان دانشجو قادر باشد:

- 1- سازوکارهای اتیولوژیک سندرم متابولیک را شرح دهد.
- 2- اجزای سندرم متابولیک را توضیح دهد.
- 3- نقش تغذیه در سندرم متابولیک را تبیین نماید.

جلسه چهارم

هدف کلی: آشنایی با اصول و مبانی personalized diet

اهداف ویژه:

اهداف ویژه: آشنایی با رابطه بین پلی مرفیسم و تغذیه

در پایان دانشجو قادر باشد:

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

جلسه پنجم

هدف کلی: آشنایی با مفاهیم نوین چاقی کودکان

اهداف ویژه: آشنایی با مفهوم مداخله چند جانبه در چاقی کودکان

در پایان دانشجو قادر باشد:

- 1- عوامل اتیولوژیک در بروز چاقی کودکان را توضیح دهد.
- 2- اجزای برنامه و ضرورت مداخله چند جانبه در چاقی کودکان را توضیح دهد.

جلسه ششم

هدف کلی: آشنایی با نقش تغذیه در ورزش

اهداف ویژه: آشنایی با ارتباط وضعیت تغذیه ای و مصرف مکمل در ورزشکاران

در پایان دانشجو قادر باشد:

- 1- متابولیسم انرژی در ورزشکاران را توضیح دهد.
- 2- نقش ماکرو نوترینت ها در تولید انرژی در ورزشکاران را شرح دهد.
- 3- نقش میکرو نوترینت ها در عملکرد ورزشکاران را توضیح دهد.
- 4- نقش آب در عملکرد ورزشکاران را توضیح دهد

جلسه هفتم

هدف کلی: آشنایی با non dieting approaches

اهداف ویژه: آشنایی با موانع تبعیت از رژیم های غذایی متداول

در پایان دانشجو قادر باشد:

- 1- مکانیسم های فیزیولوژیک و غیر فیزیولوژیک عدم پایبندی به رژیم های غذایی متداول را تعریف نماید.

جلسه هشتم

هدف کلی: آشنایی با رویکردهای تغذیه ای در سالمندی و Aging

اهداف ویژه: آشنایی با نقش و اثر گذاری التهاب مزمن در سالمندی

در پایان دانشجو قادر باشد:

- 1- کمبودهای شایع تغذیه ای در سالمندان و سازوکارهای فیزیولوژیک و غیر فیزیولوژیک در بروز آنها را توضیح دهد.
- 2- سازوکارهای بروز و کاهش التهاب مزمن با رویکردهای تغذیه ای در سالمندی و Aging را توضیح دهد.

جلسه نهم

هدف کلی: آشنایی با آلرژی و عدم تحمل غذایی

اهداف ویژه:

آشنایی با تفاوت آلرژی و عدم تحمل غذایی

در پایان دانشجو قادر باشد:

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

جلسه دهم

هدف کلی: آشنایی با نقش تغذیه در عفونت و التهاب

اهداف ویژه:

۱- آشنایی با مفهوم کاتابولیسم پروتئین

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- پاسخ های قزبولوژیک بدن به عفونت و التهاب را شرح دهد.
- ۲- نیاز های تغذیه ای در عفونت و التهاب را توضیح دهد.

جلسه یازدهم

هدف کلی: آشنایی با نقش تغذیه در بیماریهای التهابی

اهداف ویژه:

۱- آشنایی با اتیولوژی و پاتوفیزیولوژی التهاب

۲- ارزیابی آزمایشگاهی و دارودرمانی در بیماری های التهابی

۳- آشنایی با اصول کلی رژیم ضدالتهابی

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- اتیولوژی و پاتوفیزیولوژی التهاب را شرح دهد
- ۲- ارزیابی آزمایشگاهی و دارودرمانی در بیماری های التهابی را شرح دهد
- ۳- اصول کلی رژیم ضدالتهابی را شرح دهد

جلسه دوازدهم

هدف کلی: آشنایی با نقش تغذیه در بیماریهای التهابی

اهداف ویژه:

۱- تغذیه درمانی پزشکی در بیماری های آرتریت روماتوئید-استئوآرتریت و نقرس و لوپوس

در پایان دانشجو قادر باشد:

۱- تغذیه درمانی پزشکی در بیماری های آرتریت روماتوئید-استئوآرتریت و نقرس و لوپوس را شرح دهد

جلسه سیزدهم

هدف کلی: آشنایی با نقش تغذیه در بیماریهای التهابی

اهداف ویژه:

۱- تغذیه درمانی پزشکی در بیماری های اسکلودرما و فیبرومیالژی و سندرم شوگرن و بیماری پروانه ای

در پایان دانشجو قادر باشد:

۱- تغذیه درمانی پزشکی در بیماری های اسکلودرما و فیبرومیالژی و سندرم شوگرن و بیماری پروانه ای را شرح دهد

جلسه چهاردهم

هدف کلی: آشنایی با رژیم های غذایی تغییر یافته

اهداف ویژه:

۱- آشنایی با رژیم مایع صاف- مایع کامل و نرم و کاربرد هریک در انواع بیماری ها و اختلالات

در پایان دانشجو قادر باشد:

۱- رژیم مایع صاف- مایع کامل و نرم و کاربرد هریک در انواع بیماری ها و اختلالات را شرح دهد

جلسه پانزدهم

هدف کلی: آشنایی با رژیم های غذایی تغییر یافته

اهداف ویژه:

۱- آشنایی با مراحل مختلف رژیم دیسفاژی- رژیم کم فیبر و پر فیبر و رژیم پرپروتئین- پرکالری.

در پایان دانشجو قادر باشد:

۱- مراحل مختلف رژیم دیسفاژی- رژیم کم فیبر و پر فیبر و رژیم پرپروتئین- پرکالری را شرح دهد

جلسه شانزدهم

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:

۱- محصولاتی که در تولید آنها از مهندسی ژنتیک استفاده شده است را نام ببرد.

۲- هدف استفاده از مهندسی ژنتیک در تولید مواد غذایی را شرح دهد.

تغییرات تغذیه ای در محصولات غذایی تولید شده بوسیله مهندسی ژنتیک را توضیح دهد.

جلسه هفدهم

امتحان پایان ترم

منابع:

L.Kathleen , Sylvia Escocott –Stump. Krause, s Food and the nutrition care process . 13th ed.Elseivire. Sunders.2012

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

روش تدریس:

سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی

وسایل و رسانه های کمک آموزشی:

پاورپوینت، سایت دانشکده، سامانه از راه دور نوید و اسکایپ

سنجش و ارزشیابی

ساعت	تاریخ	سهم از نمره کل (درصد)	روش	آزمون
-	هر هفته	۱۰	شفاهی	کوئیز
۱۰-۸	۱۴۰۴/۰۲/۰۶	۳۰	تشریحی	آزمون میان ترم
۱۲-۱۰	۱۴۰۴/۰۴/۱۱	۵۰	تشریحی	آزمون پایان ترم
	تمام جلسات	۱۰	تکالیف	حضور فعال در کلاس

مقررات درس و انتظارات از دانشجو:

از دانشجویان محترم انتظار می رود:

۱- حضور منظم و دقیق در جلسات درس داشته باشند.

۲- در بحث های گروهی و فعالیت های آموزشی 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 .
- ۵- توانایی خلاقیت و طرح مباحث چالشی و نوین را داشته باشند
- ۶- قابلیت انطباق مباحث تدریس شده را با جنبه های عملی دانش تغذیه (رژیم درمانی) را داشته باشند

بسمه تعالی

جدول زمانبندی درس

روز و ساعت جلسه : شنبه ها ساعت (۱۰-۸) کلاس شماره ۱۰۵

وسيله کمک آموزشی	تاریخ	مدرس	موضوع درس	جلسه
وایت برد - ویدیو پروژکتور	۱۴۰۳/۱۱/۲۰	دکتر سید مصطفی نچواک	آشنایی با مکانیسم های فیزیولوژیک کنترل اشتها	۱
وایت برد - ویدیو پروژکتور	۱۴۰۳/۱۱/۲۷	دکتر سید مصطفی نچواک	آشنایی با مکانیسم های فیزیولوژیک کنترل اشتها	۲
وایت برد - ویدیو پروژکتور	۱۴۰۳/۱۲/۰۴	دکتر سید مصطفی نچواک	آشنایی با سندرم متابولیک	۳
وایت برد - ویدیو پروژکتور	۱۴۰۳/۱۲/۱۱	دکتر سید مصطفی نچواک	آشنایی با اصول و مبانی personalized diets	۴
وایت برد - ویدیو پروژکتور	۱۴۰۳/۱۲/۱۸	دکتر سید مصطفی نچواک	آشنایی با مفاهیم نوین چاقی کودکان	۵
وایت برد - ویدیو پروژکتور	۱۴۰۳/۱۲/۲۵	دکتر سید مصطفی نچواک	آشنایی با سیستم های تامین انرژی در ورزش	۶
وایت برد - ویدیو پروژکتور	۱۴۰۴/۰۱/۱۶	دکتر سید مصطفی نچواک	آشنایی با non dieting approaches	۷
وایت برد - ویدیو پروژکتور	۱۴۰۴/۰۱/۲۳	دکتر سید مصطفی نچواک	آشنایی با رویکردهای تغذیه ای در سالمندی و Aging	۸
وایت برد - ویدیو پروژکتور	۱۴۰۴/۰۱/۳۰	دکتر مهنوش صمدی	آشنایی با آلرژی و عدم تحمل غذایی	۹
وایت برد - ویدیو پروژکتور	۱۴۰۴/۰۲/۰۶	دکتر مهنوش صمدی	آشنایی با نقش تغذیه در استرس فیزیولوژیک	۱۰
وایت برد - ویدیو پروژکتور	۱۴۰۴/۰۲/۱۳	دکتر مهنوش صمدی	شنایی با نقش تغذیه در بیماریهای التهابی	۱۱
وایت برد - ویدیو پروژکتور	۱۴۰۴/۰۲/۲۰	دکتر مهنوش صمدی	شنایی با نقش تغذیه در بیماریهای التهابی	۱۲
وایت برد - ویدیو پروژکتور	۱۴۰۴/۰۲/۲۷	دکتر مهنوش صمدی	شنایی با نقش تغذیه در بیماریهای التهابی	۱۳
وایت برد - ویدیو پروژکتور	۱۴۰۴/۰۳/۰۳	دکتر مهنوش صمدی	آشنایی با رژیم های غذایی تغییر یافته	۱۴
وایت برد - ویدیو پروژکتور	۱۴۰۴/۰۳/۱۰	دکتر مهنوش صمدی	آشنایی با رژیم های غذایی تغییر یافته	۱۵
وایت برد - ویدیو پروژکتور	۱۴۰۴/۰۳/۱۷	دکتر مهنوش صمدی	آشنایی با مهندسی ژنتیک و مواد غذایی دگرگون شده	۱۶
امتحان پایان ترم				۱۷

نام و امضای مدرس: دکتر سید مصطفی نچواک-دکتر مهنوش صمدی
 نام و امضای مدیر گروه: دکتر امیر صابر
 نام و امضای مسئول EDO دانشکده: دکتر معین بشیری
 تاریخ تحویل: تاریخ ارسال:

به نام خدا



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان

مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی (EDC)

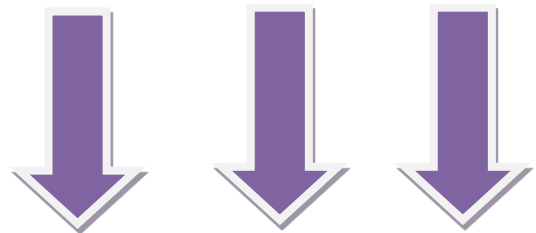
نام درس: مباحث جاری تغذیه

نام استاد: دکتر سیدمصطفی نچواک-دکتر مهنوش صمدی رتبه علمی: استاد- دانشیار

نام دانشکده: علوم تغذیه و صنایع غذایی

نام گروه آموزشی: گروه علوم تغذیه

تعداد سوال: ۲۰ عدد



جدول بلوپرینت آزمون: مباحث جاری تغذیه نیمسال تحصیلی: دوم ۱۴۰۲-۱۴۰۳ دانشکده: علوم تغذیه و صنایع غذایی گروه آموزشی: علوم تغذیه

ردیف	عنوان محتوای آموزشی	مدت زمان آموزش	درصد زمان اختصاص داده شده	تعداد سؤالات	تعداد سؤالات مربوط به هر یک از سطوح اهداف یادگیری		
					حیطه ی شناختی	حیطه ی مهارتی	حیطه ی نگرشی
۱	آشنایی با مکانیسم های فیزیولوژیک کنترل اشتها	۲	۱۰۰	۱	۱		
۲	آشنایی با مکانیسم های فیزیولوژیک کنترل اشتها	۲	۱۰۰	۲	۱	۱	
۳	آشنایی با functional foods	۲	۱۰۰	۱			
۴	آشنایی با اصول و مبانی personalized diets	۲	۱۰۰	۱		۱	
۵	آشنایی با اصول و مبانی personalized diets	۲	۱۰۰	۱			
۶	آشنایی با سیستم های تامین انرژی در ورزش	۲	۱۰۰	۱		۱	
۷	آشنایی با مکانیسم های nutrient sensing	۲	۱۰۰	۱			
۸	آشنایی با مکانیسم های nutrient sensing	۲	۱۰۰	۱		۱	
۹	آشنایی با آلرژی و عدم تحمل غذایی	۲	۱۰۰	۱		۱	
۱۰	آشنایی با نقش تغذیه در استرس فیزیولوژیک	۲	۱۰۰	۱		۱	
۱۱	شنایی با نقش تغذیه در بیماریهای التهابی	۲	۱۰۰	۲		۱	
۱۲	شنایی با نقش تغذیه در بیماریهای التهابی	۲	۱۰۰	۱		۱	
۱۳	شنایی با نقش تغذیه در بیماریهای التهابی	۲	۱۰۰	۱		۱	
۱۴	آشنایی با رژیم های غذایی تغییر یافته	۲	۱۰۰	۲		۱	
۱۵	آشنایی با رژیم های غذایی تغییر یافته	۲	۱۰۰	۱		1	

۱	1		۲	۱۰۰	۲	آشنایی با مهندسی ژنتیک و مواد غذایی دگرگون شده	۱۶
---	---	--	---	-----	---	--	----