

Course Plan

سازمان بهداشت و درمان
مرکز مطالعات و آموزش تخصصی

دانشگاه علوم پزشکی وزارت بهداشت
معاونت آموزشی

گروه آموزشی: مهندسی بهداشت حرفه ای

دانشکده: بهداشت

رشته و مقطع تحصیلی: مهندسی بهداشت حرفه ای

نیم سال اول تحصیلی: ۱۴۰۰-۱۴۰۱

تعداد و نوع واحد: ۲ واحد نظری

نام و شماره درس بیوشیمی و اصول تغذیه

پیش نیاز:

مکان برگزاری کلاس: سامانه نوید- نرم افزار adobe

زمان برگزاری کلاس: ۸-۱۰ دو شنبه

connect

نام مدرس: ام البنین معتمدرضایی

آدرس دفتر مسوول درس: دانشکده بهداشت، گروه مهندسی بهداشت حرفه ای

زمان تماس یا مراجعه به دفتر:

تلفن دفتر: ۰۵۶۳۲۳۸۱۶۶۲

آدرس پست الکترونیک مسوول درس: motamed.rezaei@yahoo.com

لینک آدرس اساتید در سامانه adobe connect:

<http://vc.bums.ac.ir/t503>

هدف کلی:

آشناساختن دانشجویان با ترکیبات تشکیل دهنده مواد غذایی و نقش آنها در تغذیه انسان

آشنا ساختن دانشجویان با اهمیت بیوشیمی و شناسایی املاح و ویتامینها و درشت مغذیها در بدن

اهداف اختصاصی:

از دانشجو انتظار می رود در پایان این درس بتواند:

- ۱- اهمیت تغذیه در سلامتی و بیماریها، تعاریف و مفاهیم پایه علم تغذیه
- ۲- کربوهیدراتها: طبقه بندی، هضم، جذب، متابولیسم، نقش، مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی
- ۳- پروتئینها: هضم، جذب، متابولیسم، نقش، مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی
- ۴- لیپیدها: طبقه بندی، هضم، جذب، متابولیسم، نقش، مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی
- ۵- ویتامین ها: طبقه بندی، جذب، متابولیسم، نقش، مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی
- ۶- مینرالها: طبقه بندی، جذب، متابولیسم، نقش، مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی
- ۷- آشنایی با روشهای ارزیابی وضع تغذیه (تن سنجی، مصرف مواد غذایی و داده های آزمایشگاهی)
- ۸- آشنایی با گروههای آسیب پذیر و نقش تغذیه در این گروه
- آشنایی با بیوشیمی آب، املاح، کربوهیدرات ها، لیپیدها، پروتئین ها، ویتامین ها و اسیدهای نوکلئیک
- آشنایی با بیوشیمی ادرار و خون
- آشنایی با اصول تغذیه ای آب، املاح، کربوهیدرات ها، لیپیدها، پروتئین ها و ویتامین ها
- آشنایی با هرم غذایی و لیست جاننشینی و ارزیابی وضعیت تغذیه ای گروهها

وظایف / تکالیف دانشجویان:

- حضور به موقع در کلاس آنلاین
- مطالعه منابع بارگذاری شده در سامانه نوید
- انجام تکالیف محوله
-

ارزشیابی دانشجویان:

- ارزشیابی در طول دوره (فعالیت کلاسی، آزمون، تکلیف و ...):
بارم: 5 نمره
- ارزشیابی پایان دوره:
بارم: 15 نمره
- زمان آزمون (میان دوره و پایان دوره): ۲۰ دقیقه (پایان ترم)
- سیاست مسوول درس در قبال تأخیر یا غیبت دانشجو:
دانشجویان تنها به تعداد جلسات غیبت مجاز را می توانند غیبت داشته باشند.

نیمسال اول ۱۴۰۰-۱۴۰۱

جدول زمانبندی درس

شماره جلسه	تاریخ	ساعت	موضوع	مدرس	آمادگی لازم برای دانشجویان قبل از شروع درس (مطالعه قبلی یا ...)	نحوه ارائه درس
۱	دوشنبه	۸-۱۰	اهمیت درس و سرفصل ها و اهداف و منابع درس مقدمه، معرفی بیوشیمی بیوشیمی آب، اسید و باز و تامپون	معمدرضایی		آنلاین
۲	"	"	بیوشیمی کربوهیدراتها (مونوساکاریدها، دی ساکاریدها، پلی ساکاریدها) بیوشیمی لیپیدها (اسیدهای چرب، تری گلیسیریدها، کلسترول، فسفولیپیدها، موم ها، ترپن ها)	معمدرضایی	مطالعه مطالب جلسه قبل، پرسش و پاسخ کتبی و آنلاین از مطالب ارائه شده در جلسات قبل و مطالعه مطالب بخش بعدی درس	آنلاین
۳	"	"	بیوشیمی اسیدهای آمینه، پپتیدها، پروتئین ها بیوشیمی ویتامین	"	"	آنلاین

			های محلول در آب بیوشیمی محلول در چربی			
آنلاین	"	"	هرم غذایی و لیست جانشینی و ارزیابی وضعیت تغذیه ای	"	"	۴
آنلاین	"	"	آشنایی با اهمیت تغذیه در سلامتی و بیماریها ۲.آشنایی با تعاریف و مفاهیم پایه علم تغذیه	"	"	۵
آنلاین	"	"	آشنایی با طبقه بندی، هضم، جذب، متابولیسم و نقش کربوهیدراتها ۲.آشنایی با بیماریهای مرتبط با کربوهیدراتها ۳.آشنایی با مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی کربوهیدراتها	"	"	۶
آنلاین	"	"	آشنایی با هضم، جذب، متابولیسم و نقش پروتئینها ۲.آشنایی با بیماریهای مرتبط با پروتئینها ۳.آشنایی با مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی پروتئینها	"	"	۷
آنلاین	"	"	آشنایی با طبقه بندی، هضم، جذب، متابولیسم و نقش لیپیدها ۲.آشنایی با بیماریهای مرتبط با لیپیدها ۳.آشنایی با مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی لیپیدها	"	"	۸
	"	"	آشنایی با طبقه بندی،	"	"	۹

			جذب، متابولیسم و نقش ویتامینها ۲. آشنایی با بیماریهای مرتبط با ویتامینها آشنایی با مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی ویتامینها			
آنلاین)		"	آشنایی با طبقه بندی، جذب، متابولیسم و نقش مینرالها ۲. آشنایی با بیماریهای مرتبط با مینرالها ۳. آشنایی با مقادیر مورد نیاز و منابع غذایی مینرالها	"	"	۱۰
آنلاین) adobe connect		"	آشنایی با روشهای ارزیابی وضع تغذیه (تن سنجی، مصرف مواد غذایی و داده های آزمایشگاهی)	"	"	۱۱
آنلاین		"	آشنایی با روشهای تن سنجی در ارزیابی وضع تغذیه ۲. آشنایی با روشهای بررسی مصرف غذایی در ارزیابی وضع تغذیه ۳. آشنایی با روشهای بررسی داده های آزمایشگاهی در ارزیابی وضع تغذیه	"	"	۱۲
آنلاین adobe connect		"	آشنایی با گروههای آسیب پذیر و نقش تغذیه در این گروهها	"	"	۱۳
آنلاین		"	آشنایی با تغذیه جوانان	"	"	۱۴
آنلاین adobe (connect		"	اهمیت تغذیه جامعه غذاهای عملگرا	"	"	۱۵
آنلاین adobe		"	جمع بندی و اهمیت	"	"	۱۶

connect			تغذیه کارگران			
---------	--	--	---------------	--	--	--

منابع پیشنهادی برای مطالعه: اصول تغذیه کراوس : ۲۱۱۲ جلد اول، ترجمه دکتر محمد خلیلی

۲-تنظیم برنامه غذایی در دورانهای مختلف زندگی : ۱۳۸۱ پروین میرمیران

3-Krause's Food & The nutrition Care Process (2012)

محمدی رضا، بیوشیمی پرستاری و مامایی، نشر آبیژ

بیوشیمی هارپر-اصول تغذیه رابینسون

نام و نام خانوادگی تدوین کننده: ام البنین معتمدرضایی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران