

معرفى رسته

علوم تغذيه





آشنایی با رشته علوم تغذیه

رشته علوم تغذیه یکی از شاخه های علوم تجربی در زیر گروه یک است. پذیرش رشته علوم تغذیه بومی نیست و کشوری است. در چندین دهه اخیر با اهمیت یافتن تغذیه و تاثیر آن بر جسم و روح انسان، محبوبیت یافته است.

دانشجویان رشته علوم تغذیه در دوران خود با مباحثی نظیر ارزیابی ارزش های غذایی، چگونگی تغذیه ی مناسب برای بهبود یافتن بیماران، کمک به حفظ سلامت افراد، رژیم درمانی، ارزش مواد غذایی در روند سلامت انسان، پیشگیری و کنترل بیماری ها می پردازد و می توان متخصصان تغذیه را در زیر مجموعه رشته های علوم پزشکی قرار داد. به طور کل می توان گفت هدف رشته علوم تغذیه تغییر سبک زندگی انسان ها در زندگی برای حفظ سلامتی آن هاست. رشته علوم تغذیه در مقطع کارشناسی دارای تو شاخه و گرایش اصلی است.

زیرشاخه های علوم تغذیه:

تغذیه انسانی: تغذیه گروه های مختلف جامعه مثل سالمندان و معلولین ، کودکان و نوجوانان و....

تغذیه بالینی: تغذیه بالینی بیماران بستری شده و سرپایی و مشاوره غذایی به مراجعینی که به دلایل گوناگون مثل رژیم غذایی به متخصص تغذیه مراجعه می کنند.





وظایف متخصص تغذیه



1 رژیم درمانگران، رژیم غذایی مناسب برای انواع بیماری‌ها را تعیین می‌کنند. بیماران مختلف، با توجه به نوع و شدت بیماریشان، از خوردن انواعی از غذاها منع و به خوردن مواد غذایی دیگر توصیه می‌شوند. رژیم درمانگران باید اطلاعات کامل و جامعی در مورد علم تغذیه، ارزش مواد غذایی، و وضعیت جسمی و روحی بیماران داشته باشند و با تکیه بر مهارت‌های روان‌شناختی، و متناسب با وضعیت افراد، رژیم غذایی مناسب را تعیین کنند. همچنین باید همواره از جدیدترین اطلاعات و تحقیقات مرتبط آگاه بوده و با داشتن صبر و حوصله، انعطاف کاری در ارتباط با مراجعین مختلف و مسئولیت‌پذیری، پاسخ‌گوی مراجعین خود باشند.

2 به دلیل تأثیر روشن تغذیه بر سلامتی همواره باید ارتباط و همکاری تنگاتنگی بین متخصصان رشته تغذیه و پزشکان وجود داشته باشد و بیماران قلبی عروقی، کلیوی، دیابتی، سرطانی و غیره برای بهره‌مندی از رژیم غذایی متناسب با بیماری خود به متخصص تغذیه ارجاع داده شوند. همچنین، تغذیه‌ی بیماران، همراهانشان و پرسنل بیمارستان باید تحت نظر یک کارشناس تغذیه تهیه‌شده و رژیم غذایی بیماران مختلف با توجه به وضعیت آنها کنترل شود.



وظایف متخصص تغذیه

4 اصول رشته علوم تغذیه بررسی می‌کند که چه فرآیندهایی برای جذب و دفع مواد غذایی خورده شده انجام می‌گیرد. علم تغذیه ارزش مواد غذایی، میزان املاح، ویتامین‌ها و سایر مواد مفید درون خوراکی‌ها را مشخص کرده و ما را در انتخاب غذاهای مفید و مغذی یاری می‌کند. بنابراین با پیروی از یک رژیم غذایی مناسب می‌توان کمبودهای تغذیه‌ای بدن را جبران کرد و سلامت روح و جسم را بهبود بخشید. در پایان، شاید بتوان رسیدن به یک برنامه‌ی غذایی مناسب را هدف اصلی رشته تغذیه دانست.



3 کارشناسان رشته تغذیه می‌توانند در درمانگاه‌ها، مراکز تحقیقاتی، بیمارستان‌ها و کارخانه‌ها، نقش موثری داشته باشند. تنظیم رژیم غذایی مناسب برای ورزشکاران در باشگاه‌های ورزشی و کارگران در کارخانه‌ها، از دیگر وظایف کارشناس تغذیه است. رژیم درمانگران همچنین می‌توانند به‌طور مستقل در مطب مشاوره‌ی تغذیه مشغول به کار شوند.

زمینه های فعالیت در بازار کار

در زمینه پژوهشی:

- طراحی و اجرای پروژه های تحقیقاتی در مراکز تحقیقاتی مثل انستیتوی تحقیقات تغذیه ای و صنایع غذایی کشور
- مطالعه و بررسی روشهای تغذیه ای مناسب برای پیشگیری از بیماری ها

نقش مشاوره ای:

- ارائه خدمات مشاوره پزشکی در شبکه های بهداشتی جهت پیشگیری از بیماریها
- به عنوان مشاور رژیم درمانی و مشاور تغذیه جذب ورزشگاهها، مهد کودکها





زمینه های فعالیت در بازار کار

در زمینه خدماتی:

- مسئولیت فنی کارخانجات تولید مواد غذایی
- همکاری در کلینیک های رژیم درمانی با همکاری پزشکان غدد داخلی
- همکاری با پزشک معالج بیماران
- همکاری در تنظیم رژیم برای گروه های مختلف از جمله ورزشکاران، بیماران خاص

در زمینه آموزشی:

- طراحی و تدوین برنامه های آموزشی در زمینه های مرتبط با علوم تغذیه
- تدریس در زمینه های مرتبط با تغذیه و رژیم درمانی در سطوح دانشگاهی یا دیگر مراکز علمی
- طراحی و تدوین روش های بهینه جهت آموزش دانشجویان و انجام نوآوری ها و خلاقیت های لازم در این رابطه

نقش مدیریتی:

- مدیریت بخش تغذیه بیمارستانها، مسئولیت فنی کارخانجات تولید مواد غذایی



وضعیت ادامه تحصیل در مقاطع بالاتر

فارغ التحصیلان رشته علوم تغذیه بعد از اتمام دوره کارشناسی می توانند به دو شکل ادامه تحصیل بدهند که عبارتند از؛

۱. مقطع کارشناسی ارشد و دکتری علوم تغذیه وجود دارد و دانش آموختگان دوره کارشناسی علوم تغذیه می توانند در دوره های بالاتر علوم تغذیه ادامه تحصیل دهند.

۲. فارغ التحصیلان کارشناسی علوم تغذیه می توانند در بعضی رشته های زیر مجموعه علوم پزشکی شامل:

رشته بهداشت و ایمنی مواد غذایی

رشته مهندسی پزشکی (بیوالکتریک)

رشته مهندسی پزشکی (زیست مواد)

رشته اپیدمیولوژی

رشته علوم بهداشتی در تغذیه

رشته اقتصاد بهداشت

رشته انفورماتیک پزشکی

رشته ژنتیک انسانی

رشته آمار زیستی

رشته بیوشیمی بالینی

رشته سلامت سالمندی





رشته علوم و صنایع غذایی
رشته ارزیابی فناوری سلامت
رشته فناوری اطلاعات سلامت
رشته میکروبی شناسی مواد غذایی
رشته کتابداری و اطلاع رسانی پزشکی
رشته مدیریت خدمات بهداشتی درمانی
رشته نانو تکنولوژی پزشکی، رشته زیست فناوری پزشکی
برنامه ریزی یادگیری الکترونیکی در علوم پزشکی
علوم تغذیه در بحران و حوادث غیر مترقبه
تکنولوژی آموزشی در علوم پزشکی
ترکیبات طبیعی و دارویی دریایی
کنترل مواد خوراکی و آشامیدنی
رشته رفاه اجتماعی
تاریخ علوم پزشکی
ژورنالیزم پزشکی
آموزش پزشکی
علوم تشریحی
تغذیه بالینی
سم شناسی
ادامه تحصیل دهند.



طرح دو ساله علوم تغذیه

گذراندن طرح دوساله در رشته علوم تغذیه برخلاف رشته هایی نظیر پزشکی، دندانپزشکی، و ... اجباری نیست و به صورت اختیاری و مازاد بر نیاز صورت می گیرد. کارشناسان علوم تغذیه می توانند بعد از گذراندن طرح دوساله علوم تغذیه به عنوان کارشناس تغذیه در بیمارستان ها و مراکز درمانی استخدام شوند.