



## در این شماره مرخوانید



پنجمین جلسه کمیته کشوری  
تدوین رهنمودهای غذایی در کودکان



حضور کارشناسان دفتر در  
بزرگداشت روز جهانی استاندارد



برگزاری سومین جلسه توانمند سازی  
مدیران با موضوع شاخص های  
مکمل های غذایی



پایش برنامه های  
بهبود تغذیه شهرستان دماوند



تازه های تحقیقاتی غذا و تغذیه



تجربیات موفق دانشگاه ها



باورهای نادرست تغذیه ای



کارشناسان تغذیه برتر



همایش ها و کنگره های آتی



صاحب امتیاز  
دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت

همکاران مشارکت کننده در این شماره:

سپیده دولتی - سرور باران فیروز - مرضیه دستگرد - امید امامی - دکتر مینا مینایی - مریم مشلول -  
الناز جعفروند - فرهادلشکر بلوکی - دکتر احسان آقاپور

تهران، میدان صنعت، بلوار ایوانک، بین فلاسک و زرافشان، وزارت بهداشت، درمان و آموزش  
پزشکی، بلوک A، طبقه دهم - تلفن: ۰۲۱۸۱۴۵۴۹۹۱





## اخبار دفتر بهبود تغذیه جامعه

### برگزاری جلسه همکاری های مشترک با دفتر سازمان جهانی بهداشت (JPRM)

در راستای انجام هماهنگی های لازم در خصوص برنامه های همکاری مشترک دفاتر با سازمان جهانی بهداشت نشست با حضور نمایندگان دفاتر / مراکز معاونت بهداشت و نماینده دفتر سازمان جهانی بهداشت در ایران و با حضور مشاور عالی معاون بهداشت در امور بین الملل در محل جلسات معاونت بهداشت در تاریخ ۲ آبان برگزار شد و در خصوص نحوه ادامه همکاری ها تبادل اطلاعات صورت گرفت و مقرر شد که همکاری های مشترک معاونت بهداشت با دفتر سازمان جهانی بهداشت با سرعت بیشتری پیگیری و اجرا گردد.

### پنجمین جلسه کمیته کشوری تدوین رهنمودهای غذایی در کودکان

جلسه ای با حضور اعضاء کمیته علمی و مدیر و کارشناسان محترم دفتر بهبود تغذیه جامعه در تاریخ ۵ آبان برگزار گردید. مطابق دستور جلسه، در ابتدا به جهت تدوین رهنمودهای غذایی کودکان به تشریح هدف کلی پرداختند، و در ادامه جمع بندی نظرسنجی از صاحب نظران در مورد محتوای رهنمود غذایی کودکان (گروه های غذایی، شروط و اهداف مدل سازی، توصیه های متنی و شکل رهنمود) ارائه شد و گفتگو در مورد نهایی سازی آن انجام شد. همچنین پیش نویسی از پیام های متنی متناظر با هر حوزه که بر اساس مرور شواهد و نظرسنجی از صاحب نظران می بایست در رهنمودها لحاظ شود را قرائت نموده و گفتگو در مورد اصلاح و نهایی سازی آن توسط حاضرین جلسه انجام گرفت. مصوبات جلسه شامل تهیه و تدوین جداول مربوط به RDA انرژی، ریزمغذی ها و سهم های غذایی کودکان، پیام های متنی رهنمود غذایی کودکان به اعضای گروه و اساتید حوزه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، و ارسال گزارش نهایی می باشد.





## اخبار دفتر بهبود تغذیه جامعه

### حضور کارشناسان دفتر در بزرگداشت روز جهانی استاندارد

کیفیت است که همکاری صنعت و سازمانهای برون بخشی مربوطه در این امر بسیار مهم است و بدون همکاری آنها نمی توان به افزایش سلامت جامعه کمک کرد.



مراسم بزرگداشت روز جهانی استاندارد با حضور مسئولان عالی رتبه کشوری و لشکری، روسای نهادهای ذی ربط در امر نظام استاندارد و کیفیت، جمع کثیری از مدیران عامل شرکتهای برتر در امر استانداردسازی و تولید کیفی و ... و مهمانی از وزارت بهداشت همچون دفتر بهبود تغذیه، سازمان غذا و دارو و شورای عالی سلامت و امنیت غذایی روز دوشنبه ۲۳ مهر ماه ۱۴۰۳ در سالن اجلاس سران برگزار می شود.

در این مراسم که کارشناسان دفتر خانم دولتی و آقای فلاح حضور داشتند از برگزیدگان برتر کشور که پایبندی مسئولانه در رعایت استانداردهای ملی و بین المللی داشته و برای توسعه تولید و خدمات با کیفیت تلاش نموده اند، قدردانی شد.

روز جهانی استاندارد امسال با شعار " استانداردها، مشارکت مردمی، جهش تولید و توسعه اقتصادی" نامگذاری شد تا فرصتی برای افزایش آگاهی و درک بهتر نسبت به اهمیت جایگاه نظام استاندارد و لزوم استانداردسازی کالا، خدمات و فرآیندها برای بهبود فضای کسب و کار، کیفیت محصولات و سلامت زندگی مردم باشد.

یکی از مباحث مورد تاکید در این مراسم توسط مسئولین ارتقا استاندارد مواد غذایی به منظور ارتقا

### پیگیری مشکلات اجرای برنامه تغذیه کارکنان

در راستای اجرای پایلوت برنامه تغذیه کارکنان در دو کارخانه از ابتدای تابستان جلسه ای با حضور دکتر عزتیان، آقای فلاح، خانم دولتی و دکتر اسمعیل زاده به منظور بررسی مشکلات موجود و هم اندیشی برای برطرف کردن آنها در تاریخ ۱ آبان برگزار شد. بعد از بحث و تبادل نظر مقرر شد مرکز سلامت محیط و کار طی مکاتبه ای مشکلات پیش آمده برای تکمیل پرسشنامه الکترونیکی را پیگیری کند.



## اخبار دفتر بهبود تغذیه جامعه

### سومین جلسه توانمندسازی مدیران با موضوع شاخص های مکمل های غذایی برگزار شد

گرفت و مقرر شد که اجرای برنامه ها با جدیت بیشتری از جانب هر دو دفتر صورت پذیرد. همچنین در خصوص برنامه هایی که هنوز به مرحله اجرا نرسیدن برنامه ریزی هایی لازم صورت گرفت و مقرر شد این برنامه ها هم در اسرع اجرا و پیگیری شود و در جلسات آتی گزارش پیشرفت برنامه ها به تفکیک ارائه گردد.

### برگزاری جلسه بازنگری " دستور عمل پایگاه تغذیه سالم مدارس" ویژه سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۳

جلسه بازنگری دستورعمل پایگاه تغذیه سالم مدارس در تاریخ ۲۱ مرداد ماه سال ۱۴۰۳ با حضور کارشناسان محترم دفتر بهبود تغذیه جامعه و مدیران گروه بهبود تغذیه جامعه دانشگاه های شهیدبهشتی، ایران، سمنان، گلستان، شیراز و خراسان شمالی برگزار شد. در این جلسات تجربیات و مشکلات موجود در پایگاه های تغذیه سالم مدارس مورد بررسی قرار گرفت و با توجه به ارتباط عرضه مواد غذایی و میان وعده های سالم در پایگاه های تغذیه مدارس و کاهش چاقی و اضافه وزن دانش آموزان، در مورد دستورالعمل تبادل نظرات انجام گردید. در ادامه جهت کاهش عرضه مواد غذایی با ارزش غذایی پایین در مدارس جداول مواد غذایی مجاز و غیر مجاز قابل عرضه در پایگاه های بهداشت و تغذیه سالم مدارس مورد بازبینی و اصلاح قرار گرفت.

دفتر بهبود تغذیه جامعه در راستای توانمندسازی مدیران بهبود تغذیه در نظام شبکه بهداشتی کشور، سومین جلسه از مجموعه جلسات توانمندسازی مدیران بهبود تغذیه را با عنوان شاخص های مکمل های غذایی، در مورخ ۳۰ مهر روز دوشنبه از ساعت ۸ الی ۱۰ صبح برگزار کرد که مورد استقبال همه همکارانمان در دانشگاه های علوم پزشکی کشور قرار گرفت.

جناب آقای دکتر اسمعیل زاده ریاست محترم دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، ضمن تاکید بر ادامه این جلسات از همه همکاران تغذیه در سطح دانشگاهی خواست تا پیشنهادات خود را جهت برگزاری بهتر جلسات ارائه دهند.

### جلسه پیگیری روند اجرای همکاری های مشترک با صندوق کودکان سازمان ملل

در ادامه همکاری های دفتر بهبود تغذیه جامعه با صندوق کودکان سازمان ملل، جلسه ای در تاریخ ۳۰ مهرماه سال جاری در محل دفتر بهبود تغذیه جامعه با نمایندگان حوزه سلامت و تغذیه صندوق کودکان سازمان ملل تشکیل شد و در خصوص روند پیشرفت برنامه های مشترک تبادل اطلاعات صورت



## اخبار دفتر بهبود تغذیه جامعه

### پایش برنامه های بهبود تغذیه شهرستان دماوند

دفتر پایش برنامه های بهبود تغذیه جامعه معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی توسط دکتر مینائی ناظر ستادی دفتر بهبود تغذیه جامعه و خانم ها فزونی مدیر گروه بهبود تغذیه و اسماعیلی کارشناس ستادی آن معاونت از مرکز خدمات جامع سلامت جیلارد و خانه بهداشت مشاء در شهرستان دماوند در تاریخ ۸ آبان انجام شد. کاهش شیوع سوء تغذیه کودکان نسبت به سال ۱۴۰۲ یکی از نتایج اثر بخشی برنامه حمایت تغذیه ای کودکان و ارائه مطلوب مراقبت های تغذیه ای توسط کارشناسان تغذیه، مراقبین سلامت و بهورزان می باشد. بطور تصادفی وضعیت شاخص های تن سنجی چند کودک تحت پوشش برنامه حمایتی بررسی گردید کلیه کودکان واجد شرایط دریافت سبد غذایی بوده و روند رشد تمام آنان در جهت بهبودی بوده است.

### جلسه "بررسی فرم سنجش سلامت دانش آموزان با تاکید بر صلاحیت پزشک عمومی در صدور مجوز برای فعالیتهای ورزشی"

جلسه بررسی فرم سنجش سلامت دانش آموزان با تاکید بر صلاحیت پزشک عمومی در صدور مجوز برای فعالیتهای ورزشی در مدارس مورخ ۹ آبان ۱۴۰۳ با حضور و مدیر و کارشناسان محترم دفتر بیماریهای غیرواگیر، بیماریهای واگیر، بهبود تغذیه جامعه، دهان و دندان، مرکز شبکه، برگزار گردید. مطابق دستور جلسه، فرم سنجش مرور شد و صلاحیت پزشکان عمومی در مراکز خدمات جامع سلامت برای صدور مجوز انجام فعالیت-های ورزشی مورد بحث قرار گرفت. در این جلسه تأکید شد با توجه به اینکه مسؤولیت سلامت افراد بر عهده وزارت بهداشت میباشد، لازم است امکان توان انجام فعالیتهای ورزشی توسط پزشک مراکز بررسی و تأیید شود. ولی با توجه به تعدد فعالیتهای ورزشی در مدارس و بار مراجعات به پزشک در مراکز، دادن مجوز برای تمامی رشته های ورزشی به صورت کلی ممکن نیست. لذا مقرر شد با توجه به صلاحیت پزشکان عمومی و براساس سرفصلهای فعالیتهای ورزشی وزارت آموزش و پرورش، دستورالعملی برای ورزشهای اصلی مدارس به تفکیک جنسیت و مقطع تحصیلی تدوین و ابلاغ شود.

همچنین نهایتاً مقرر گردید متن فرم سنجش از نظر موارد قانونی از مرجع حقوقی و پزشکی قانونی استعلام شود.





## تازه های تحقیقاتی

### چند دقیقه ورزش فشارخون را کاهش می دهد؟

فشارخون بالا یا افزایش مداوم فشارخون، یکی از شایع ترین علل مرگ زودرس در سطح جهان است. این بیماری که ۱.۲۸ میلیارد بزرگسال در سراسر جهان را تحت تاثیر قرار داده، می تواند منجر به سکته مغزی، سکته قلبی، نارسایی قلبی، آسیب کلیوی و بسیاری دیگر از مشکلات سلامتی شود و به دلیل نداشتن علائم، اغلب به عنوان "قاتل خاموش" توصیف می شود.

این تیم با مدل سازی آماری دریافتند که جایگزینی رفتار بی تحرک با ۲۰ تا ۲۷ دقیقه ورزش در روز می تواند بیماری قلبی عروقی را تا ۲۸ درصد در سطح جمعیت کاهش دهد.

نویسنده دیگر مقاله، دکتر جو بلاجت از بخش جراحی و علوم مداخله ای دانشگاه UCL گفت: یافته های ما نشان می دهد که در اکثر مردم، ورزش کلید کاهش فشارخون است، و اشکال ملایم تر فعالیت بدنی مانند راه رفتن احتمالاً تاثیر کمتری دارند.

مطالعه ای نشان داده که فقط پنج دقیقه فعالیت روز به طور بالقوه فشار خون را کاهش می دهد، در حالی که جایگزینی رفتارهای بی تحرک با ۲۰ تا ۲۷ دقیقه ورزش در روز، از جمله پیاده روی در سربالایی، بالا رفتن از پله، دویدن و دوچرخه سواری با کاهش معنادار فشارخون همراه است.

این پژوهش که در Circulation منتشر شد، توسط کارشناسان کنسرسیونم PropASS (مطالعه آینده نگر فعالیت فیزیکی، نشستن و خواب)، یک همکاری دانشگاهی بین المللی به رهبری دانشگاه سیدنی و دانشگاه کالج لندن (UCL) انجام شد.

پروفسور امانوئل استاماتاکیس، نویسنده ارشد مقاله، و مدیر کنسرسیونم PropASS از مرکز چارلز پرکینز، گفت: "فشار خون بالا یکی از بزرگترین مشکلات سلامتی در سراسر جهان است، اما بر خلاف برخی از علل اصلی مرگ و میر قلبی عروقی، ممکن است علاوه بر دارو، راه های نسبتاً در دسترس برای مقابله با این مشکل وجود داشته باشد."

"این یافته که انجام حداقل پنج دقیقه ورزش اضافی در روز می تواند با فشارخون پایین تر همراه باشد، تاکید می کند که حرکات کوتاه مدت با شدت بالاتر چقدر می تواند برای مدیریت فشار خون موثر باشد."





## تازه های تحقیقاتی

### کاهش قند و نشاسته رژیم غذایی، رقیب رژیم غذایی FODMAP در کاهش علائم سندروم روده تحریک پذیر (IBS) می باشد

(SSRD) شناخته می شود. علاوه بر خوراکی های شیرین، باید از غذاهای بسیار فرآوری شده و "غذاهای آماده" نیز اجتناب شود. نتایج آن مطالعه نشان داد که رژیم غذایی SSRD تا حد زیادی علائم IBS را کاهش می دهد. شایع ترین علائم IBS درد و گرفتگی مکرر در شکم و اسهال و/یا یبوست است.

مطالعه حاضر، که اکنون در مجله علمی Nutrients منتشر شده است، به سؤالی می پردازد که قبلاً هیچ تحقیق دیگری انجام نداده است: چگونه SSRD با توصیه های غذایی فعلی برای IBS، رژیم غذایی FODMAP مقایسه می شود؟ FODMAP یک رژیم غذایی سختگیرانه تر و منظم تر است که در آن لیست غذاهای مجاز / غیر مجاز باید به طور مداوم دنبال شود. این رژیم همچنین گلوتن و لاکتوز را حذف می کند.

SSRD: یک جایگزین امیدوارکننده برای مدیریت IBS ما این مطالعه را در سال ۲۰۲۲ برای مقایسه SSRD و Low FODMAP انجام دادیم. صد و پنجاه و پنج بیمار مبتلا به IBS وارد شدند و به طور تصادفی چهار هفته SSRD یا FODMAP پایین را دنبال کردند. بدیل اوهلسون می گوید، آنها اجازه نداشتند در ابتدای آزمایش رژیم بگیرند، بلکه «همه چیز» را خوردند.

تحقیقات جدید نشان می دهد که کاهش مصرف قند و نشاسته ممکن است به طور قابل توجهی علائم IBS را کاهش دهد. در یک مطالعه با ۱۵۵ بیمار، هر دو رژیم غذایی با ساکارز کاهش یافته (SSRD) و رژیم غذایی کم FODMAP علائم را بهبود بخشیدند، اما SSRD همچنین منجر به کاهش وزن بیشتر شد و پیروی از آن آسان تر بود و آن را به گزینه ای امیدوارکننده تبدیل کرد.

Bodil Ohlsson، استاد دانشگاه لوند و مشاور در بیمارستان دانشگاه Skåne، تصمیم گرفت تأثیر قندها و نشاسته ها را بر سندرم روده تحریک پذیر (IBS) بررسی کند. این تصمیم تحت تأثیر کشف یک متخصص ژنتیک بود که یک تفاوت ژنتیکی در بین بیماران IBS شایع تر است که مانع هضم قندها و نشاسته ها می شود. بودیل اولسون می گوید: «بیباید سعی کنیم قند و نشاسته کمتری به این بیماران بدهیم.»

رویکردهای غذایی موثر برای IBS چند سال پیش، او مطالعه ای را بر روی ۱۰۵ فرد مبتلا به IBS رهبری کرد. به مدت چهار هفته، آنها به میزان قابل توجهی شکر و نشاسته کمتری خوردند که به عنوان رژیم غذایی کاهش یافته نشاسته و ساکارز



## تازه های تحقیقاتی

شرکت کنندگان در هر دو گروه باید اصول اولیه هر رژیم را رعایت می کردند. اما آنها انتخاب کردند که چند بار یا مرتباً غذا بخورند.

در هر دو گروه، صرف نظر از رژیم غذایی، علائم IBS در ۷۵ تا ۸۰ درصد بیماران بهبود یافت که به گفته بودیل اولسون "حتی بهتر از آنچه ما انتظار داشتیم" بود. علاوه بر این، کاهش وزن پس از چهار هفته در گروه SSRD بیشتر بود. این دانشمندان می گویند که علامت نیز در این گروه بیشترین کاهش را داشت که علامت مثبتی به شمار می آید زیرا وزن بیماران IBS به طور متوسط بیشتر از افراد سالم است.

ما واقعاً حتی SSRD را یک رژیم غذایی نمی نامیم. همه باید اینطوری بخورند، نه فقط کسانی که IBS دارند و بر خلاف Low FODMAP، این رژیم به آسانی قابل درک و ساده تر است. وقتی به شام دعوت می شوید می توانید همه چیز بخورید، فقط از بعضی چیزها کمتر. اگر بقیه هفته را به شکم خود استراحت دهید، می توانید یک روز کمی آزاد تر باشید!»

Bodil Ohlsson می گویند: رژیم غذایی کاهش یافته با نشاسته و ساکارز کارایی مشابهی با رژیم FODMAP LOW در کاهش علائم IBS دارد.







## تجربه های موفق دانشگاه ها

### برنامه مداخلات آموزش تغذیه و کنترل چاقی و اضافه وزن دانش آموزان - دانشگاه علوم پزشکی گلستان

- برنامه ریزی به منظور بهره گیری از کارشناسان تحول در تهیه و پخش برنامه های رادیویی
- ارائه گزارش ۲ شهرستان در خصوص عملکرد و پیشرفت برنامه کنترل چاقی و اضافه وزن شهرستان
- بیان تغییرات و نکات مهم دستورالعمل حمایتی کودکان و کنترل چاقی
- تاکید بر دستورالعمل پایگاه تغذیه سالم و نظارت دقیق بر بوفه مدارس و همچنین مکمل یاری دانش آموزان

کمیتة علمی اجرایی بهبود تغذیه با محوریت " برنامه مداخلات آموزش تغذیه و کنترل چاقی و اضافه وزن دانش آموزان " توسط گروه بهبود تغذیه استان گلستان مورخ ۱۵ آبان ماه و با حضور مسئولین واحد بهبود تغذیه شهرستان درمعاونت بهداشتی برگزار گردید. دراین جلسه ابتدا مدیر گروه بهبود تغذیه جامعه استان از همکاران بواسطه زحمات و اقدامات انجام شده در روز جهانی غذا تقدیر نمودند. همچنین موارد زیر از جمله بخش های دیگر این جلسه بود:

- بررسی سطح اطلاعات و آگاهی همکاران در خصوص آخرین دستورالعمل ها و برنامه های فنی (آزمون کتبی)
- شرح انتظارات دفتر بهبود تغذیه در خصوص در دسترس بودن شاخص های فنی در تمامی سطوح





## باورهای نادرست تغذیه ای

**اگر نوزاد مبتلا به زردی باشد مصرف شیر مادر تأثیر روی بیماری ندارد.**

✓ شیرمادر بهترین منبع غذایی برای نوزاد است که تمامی مواد مغذی مورد نیاز او را فراهم می‌کند. تغذیه با شیر مادر می‌تواند با اطمینان به پیشگیری از زردی نوزاد کمک کند. نوزادانی که با شیر مادر تغذیه می‌شوند باید روزی ۸ تا ۱۲ بار در چند روز اول زندگی خود شیر بنوشند. تغذیه مکرر با شیر مادر حرکات منظم روده نوزاد را تحریک کرده و به نوزاد کمک می‌کند تا بیلی روبین بالا را که سبب زردی شده دفع کند.

**خوردن مواد غذایی با طبع گرم در بارداری می‌تواند باعث زردی کودک شود.**

✓ بسیاری از نوزادان تازه متولد شده در عرض چند روز پس از تولد دچار زردی می‌شوند، وضعیتی که در آن پوست و سفیدی چشم‌های نوزاد به رنگ زرد است. زردی معمولاً به این دلیل رخ می‌دهد که میزان بیلی‌روبین در بدن نوزادان افزایش پیدا می‌کند. بیلی روبین که زرد رنگ است، زمانی تولید می‌شود که گلبول‌های قرمز شکسته می‌شوند. بیلی روبین توسط کبد از جریان خون خارج می‌شود. در نوزادان، بدن ممکن است بیش از آن چیزی که کبد قادر به تصفیه آن باشد، بیلی روبین تولید کند. بنابراین زردی نوزادان هیچ ارتباطی با خوردن مواد غذایی با طبع گرم در بارداری ندارد.

**شیر خوار هنگام بیماری نباید از شیر مادر تغذیه کند چون باعث تشدید بیماری می‌شود (بخصوص اسهال)**

✓ خیر. در واقع تغذیه با شیر مادر در هنگام بیماری برای نوزاد بسیار مطلوب است. حتی اگر مادر سرماخوردگی یا آنفولانزا، تب، اسهال و استفراغ یا ورم پستان داشته باشد، با نظر پزشک، باید شیردهی را به طور معمول ادامه دهد. نوزاد از طریق شیر مادر به این بیماری‌ها مبتلا نمی‌شود و حتی در واقع شیر مادر حاوی آنتی بادی‌هایی برای کاهش خطر ابتلا به همان بیماری‌ها است. همچنین در شرایط اسهال نوزاد، مادر باید تشویق شود که دفعات شیردهی و در عین حال میزان مصرف مایعات خود را به میزان قابل توجهی افزایش دهد. تغذیه انحصاری با شیر مادر از نوزادان در برابر اسهال محافظت می‌کند. شیردهی یک درمان ایده آل برای آبرسانی مجدد نوزاد دچار اسهال است.

**شیرین کردن کام نوزاد تازه متولد شده با عسل باعث شیرین شدن زندگی کودک می‌شود.**

✓ هیچگونه شواهد علمی مبنی بر این مسئله وجود ندارد و حتی مصرف ماده غذایی دیگری به غیر از شیر مادر در شش ماه اول زندگی می‌تواند برای نوزاد خطرناک باشد.




## کارشناسان تغذیه برتر


### اصفهان

تصویر	نام و نام خانوادگی	سابقه کار	دلایل انتخاب	تحصیلات	محل کار
	فاطمه افشاری	۱۹ سال	<ul style="list-style-type: none"> <li>- اقدامات ابتکاری در حیطه وظایف یا مشکلات منطقه</li> <li>- میزان بالای همکاری با برنامه های درون بخشی و بین بخشی</li> <li>- تعامل مطلوب و پیگیری کارشناس تغذیه با مراقبین سلامت و پزشکان</li> </ul>	کارشناسی علوم تغذیه و کارشناس ارشد تغذیه و ورزشی	مسئول واحد بهبود تغذیه شبکه بهداشت و درمان شهرستان سمیرم

### تبریز

تصویر	نام و نام خانوادگی	سابقه کار	دلایل انتخاب	تحصیلات	محل کار
	زینب مطهری	۴ سال	<ul style="list-style-type: none"> <li>- برگزاری جلسات آموزشی به بیش از ۱۶ هزار نفر (گروههای سنی مختلف) طی یکسال اخیر در رده اول شهرستان</li> <li>- تعداد مشاوره های تغذیه بالا نسبت به سایر کارشناسان تغذیه</li> <li>- آنالیز مشکلات سلامت تغذیه مراکز سلامت تحت پوشش و ارائه مداخلات مناسب</li> </ul>	کارشناسی علوم تغذیه	ستاد شهرستان میانه و مراکز ترکمانچای، ترک، ولی عصر و صومعه علیا

### تهران

تصویر	نام و نام خانوادگی	سابقه کار	دلایل انتخاب	تحصیلات	محل کار
	شقایق مجوعلی همتی	۴ سال	<ul style="list-style-type: none"> <li>- تعداد بالای خبر ارسالی به ستاد</li> <li>- خلاقیت در آموزش های درون بخشی و برون بخشی</li> <li>- رضایت مراجعین و عدم وجود شکایت از مراجعین</li> </ul>	لیسانس علوم تغذیه	مرکز بهداشت جنوب



همایش ها و کنگره های آتی

نام دوره	نوع دوره	برگزار کننده	تاریخ برگزاری	اطلاعات ثبت نام
چاقی، سندروم متابولیک و ناباروری	حضوری	دانشگاه علوم پزشکی گیلان	۱ آذر ماه ۱۴۰۳	سامانه آموزش مداوم
غذاهای دریایی، سلامت و بیماری	حضوری	دانشگاه علوم پزشکی تهران	۷ آذر ماه ۱۴۰۳	سامانه آموزش مداوم
اختلالات غذا خوردن در کودکان	وبینار	دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی	۷ آذر ماه ۱۴۰۳	سامانه آموزش مداوم
اصول تغذیه درمانی بیمارستانی	حضوری	دانشگاه علوم پزشکی مشهد	۸ آذر ماه ۱۴۰۳	سامانه آموزش مداوم
چاقی و روش های درمانی	حضوری	دانشگاه علوم پزشکی قزوین	۸ آذر ماه ۱۴۰۳	سامانه آموزش مداوم
تغذیه و رژیم درمانی در بدخیمی های دستگاه گوارش	وبینار	دانشگاه علوم پزشکی ایران	۱۰ آذر ماه ۱۴۰۳	سامانه آموزش مداوم



## همایش ها و کنگره های آتی

اطلاعات ثبت نام	تاریخ برگزاری	برگزار کننده	نوع دوره	نام دوره
سامانه آموزش مداوم	۱۸ آذر ماه ۱۴۰۳	دانشگاه علوم پزشکی مشهد	حضور	مدیریت اطلاق غذایی ( از مزرعه تا سفره)
سامانه آموزش مداوم	۲۶ آذر ماه ۱۴۰۳	دانشگاه علوم پزشکی ایران	حضور	ارزیابی و مدیریت سوءتغذیه در بیماران بستری در بیمارستان
سامانه آموزش مداوم	۲۸-۳۰ آذر ماه ۱۴۰۳	دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی	وینار	نهمین کنگره پیشگیری و درمان چاقی ایران