

عنوان مقاله:

بررسی وضعیت تغذیه ای کارکنان دانشگاه آزاد اسلامی واحد پزشکی تهران در وعده غذایی ناهار و مقایسه آن با مقادیر توصیه شده روزانه

محل انتشار:

سومین همایش ملی امنیت غذایی (سال: 1392)

تعداد صفحات اصل مقاله: 23

نویسندگان:

آراسب دباغ مقدم - عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی آجا، دانشکده پزشکی، گروه پزشکی اجتماعی و بهداشت

نرجس چراغی - دانشجوی دوره دکترای تخصصی بهداشت و کنترل مواد غذایی، دانشکده دامپزشکی، دانشگاه تهران

نجمه السادات هدایی نیا - دانش آموخته بهداشت محیط، دانشکده بهداشت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد پزشکی تهران

حسام الدین اکبرین - دانش آموخته دکترای تخصصی اپیدمیولوژی، گروه بهداشت و کنترل مواد غذایی، دانشکده دامپزشکی، دانشگاه تهران

خلاصه مقاله:

تغذیه عبارت است از رساندن مواد غذایی به بدن به مقادیر متناسب و انتخاب انواع غذا به نحوی که احتیاجات روزانه انسان به مواد مغذی برآورده شود. شاید روزگاری تغذیه را فقط برای برآوردن نیازهای طبیعی فیزیولوژیک افراد در نظر می گرفتند؛ اما امروزه نه تنها تغذیه یک ضرورت زندگی محسوب می شود، بلکه الگوی غذایی سالم، برای پیشرفت جوامع و ارتقای سطح تولید و بهره وری درکشورها عامل مهمی برشمرده می شود. کارکنان سازمان ها و ادارات برای عملکرد بهتر، نیازمند داشتن یک الگوی تغذیه ای صحیح و مناسب هستند و تنظیم یک برنامه غذایی متنوع و سالم علاوه برارتقای رضایت مندی آنان، در بهبود هوشیاری و خلق و خو و نیز منزل، تاثیر بارزی خواهد داشت. لذا جهت کسب اطلاعات از نحوه تغذیه کارکنان در ادارات در این مطالعه وضعیت ناهار کارکنان دانشگاه آزاد اسلامی واحد پزشکی تهران بررسی و آن با مقادیر توصیه شده روزانه مقایسه شده است.

کلمات کلیدی:

تغذیه، ناهار، کارکنان، وعده غذایی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/303196>

