

اصول برنامه ریزی و مدیریت برنامه های تغذیه ای

تالیف:

دکتر لیلا آزادبخت

دکتر احمد اسماعیل زاده

اعضای هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

مرکز تحقیقات تغذیه و امنیت غذایی

دانشکده بهداشت

سرشناسه	: اسماعیل زاده، احمد، ۱۳۵۴ -
عنوان و نام پدیدآور	: اصول برنامه ریزی و مدیریت برنامه های تغذیه ای / احمد اسماعیل زاده، لیلا آزادبخت.
مشخصات نشر	: اصفهان: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اصفهان، ۱۳۸۸.
مشخصات ظاهری	: ۱۳۰ ص.: جدول، نمودار.
فروست	: انتشارات دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اصفهان، ۴۵۸.
شابک	: 978-964-524-256-3
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
موضوع	: سیاست تغذیه -- ایران
موضوع	: رژیم غذایی درمانی
شناسه افزوده	: آزادبخت، لیلا، ۱۳۵۶ -
شناسه افزوده	: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اصفهان
رده بندی کنگره	: TX۳۶۰/۳۶۰الف۹الف۵ ۱۳۸۸
رده بندی دیویی	: ۳۶۳ ۸۵۶۰۹۵۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۲۱۳۶۳۸۱



سازمان اسناد و کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران

نام کتاب: اصول برنامه ریزی و مدیریت برنامه های تغذیه ای

نویسندگان: احمد اسماعیل زاده، لیلا آزادبخت.

انتشارات: دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

شابک: ۳-۲۵۶-۵۲۴-۹۶۴-۹۱۸

صفحه آرائی: شرکت نوین پايوه آسيا (۶۶۴۲۶۰۵-۶۶۴۲۶۰۵-۰۳۱۱)

قطع: وزیری تعداد صفحات: ۱۳۰ص

صحافی: سپاهان لیتوگرافی: ایرانک

تاریخ چاپ: زمستان ۸۸ تیراژ: ۱۰۰۰

قیمت: ۳۵۰۰ تومان

دانشگاه علوم پزشکی اصفهان - معاونت پژوهشی - انتشارات: ۷-۶۶-۷۹۲۳-۰۳۱۱

مرکز بخش: فروشگاه شماره ۱: ۰۳۱۱-۶۶۸۳۴۰۵ - فروشگاه شماره ۲: ۰۳۱۱-۶۶۹۹۴۰۱

کلیه حقوق برای دانشگاه علوم پزشکی اصفهان محفوظ است.

با نام و یاد خدا

پیشگفتار

پروردگار متعال را شاکریم که نعمت سلامت و تفکر را برای انسان هدیه کرد تا در راه اعتلای علم و دانش گام بردارد، شاید بتواند از این طریق به ناشناخته‌های دانش بشری دست یابد و در ارتقای سلامت هموعان خود بکوشد.

تغذیه جامعه زیر شاخه‌ای از رشته گسترده علوم تغذیه است که هدف آن پیشگیری از بیماری‌های مرتبط با تغذیه، طولانی کردن عمر اقشار مختلف جامعه و ارتقای بهداشت مواد غذایی از طریق فعالیتهای سازمان یافته در جامعه است. یکی از زمینه‌های مهم فعالیت‌های تغذیه جامعه، برنامه‌ریزی غذا و تغذیه است. برای از بین بردن و ریشه کن ساختن مشکلات تغذیه‌ای در جامعه، اجرای برنامه‌های تغذیه‌ای و انجام مداخله‌های تغذیه‌ای از اهمیت فراوانی برخوردارند که موفقیت این برنامه‌ها و مداخله‌ها به اصولی و علمی بودن طرح‌ریزی این برنامه‌ها بستگی دارد. توجه به مسایل تغذیه جامعه لزوم اجرای برنامه‌های صحیح تغذیه‌ای را در سنین مختلف و گروههای متفاوت جامعه خاطرنشان می‌سازد. در قالب برنامه‌های تغذیه‌ای در جامعه اهمیت دادن به روشهای ارزیابی وضعیت تغذیه در گروههای هدف در جامعه و بررسی وضعیت موجود در جامعه بیش از پیش روشن میشود. برای داشتن یک برنامه تغذیه‌ای مناسب باید از نگاه علمی به طراحی برنامه‌های تغذیه‌ای، مدیریت و بازاریابی این برنامه‌ها توجه ویژه‌ای صورت گیرد.

با توجه به نبود منبعی در دسترس برای دانشجویان رشته تغذیه و دست اندرکاران برنامه‌های تغذیه‌ای در کشور، بر آن شدیم تا کتاب حاضر را برای درس "اصول برنامه‌ریزی و مدیریت برنامه‌های تغذیه‌ای" بر مبنای سرفصلهای جدید پیشنهاد شده از سوی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی به رشته تحریر دریاوریم. چهارچوب اصلی مطالب این کتاب بر مبنای ویرایش سال ۲۰۰۹ فصلهایی از کتاب "Community Nutrition in Action: An Entrepreneurial Approach" نوشته Boyle and Morris تدوین شده است که در هر یک از فصول کتاب متناسب با محتویات آن فصل از سایر کتابها و مقالات و برنامه‌های تغذیه‌ای

طراحی شده در سطح کشور نیز استفاده شده است. لزوم انجام برنامه‌ریزی، اصول برنامه‌ریزی، اجزا و مراحل آن، روشهای ارزیابی وضعیت تغذیه‌ای جامعه هدف، طراحی برنامه‌های تغذیه‌ای، طراحی مداخلات تغذیه‌ای، بازاریابی برنامه‌های تغذیه‌ای و مدیریت برنامه‌های تغذیه‌ای در جامعه از جمله فصلهای کتاب حاضر به شمار می‌روند.

همانطور که عنوان شد هدف اصلی از نگارش این کتاب پاسخگویی به نیاز دانشجویان عزیز رشته علوم تغذیه در مورد شمرد مراجع جدید و معتبر علمی به زبان فارسی در این زمینه است. امید است که این کتاب بتواند پاسخگوی نیاز این عزیزان باشد و مورد توجه و استفاده آنها قرار گیرد. بی شک اس کتاب غاری از اشکال نیست و انتظار می‌رود خوانندگان محترم با راهنمایی‌های خود ما را در ارتقا کیفیت مطالب آن در جاییهای بعدی کمک نمایند.

در پایان بر خود لازم میدانم در همکاری همسایه ریاست، معاونت محترم پژوهشی و آموزشی و همچنین شورای انتشارات دانشکده بهداشت دانشکده علوم پزشکی اصفهان برای تهیه و تدوین و چاپ این کتاب تشکر و قدردانی نمایم.

مولفان: زمستان ۱۳۸۸

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
فصل اول: نیاز به برنامه‌ریزی تغذیه‌ای در کشور: گذر تغذیه‌ای در ایران.....	۱
شرح وضعیت کنونی جامعه به لحاظ بیماری‌ها.....	۲
گذر تغذیه‌ای-تندرستی و بازتاب آن.....	۳
تغذیه جامعه.....	۶
تنگناهای کار تغذیه جامعه نگر.....	۷
تعریف برنامه‌ریزی.....	۸
برنامه‌ریزی تغذیه.....	۸
چرخه برنامه‌ریزی.....	۸
برنامه‌ریزی برای مراقبت‌های اولیه بهداشتی.....	۹
منابع و مآخذ.....	۱۱
فصل دوم: ارزیابی منابع جامعه.....	۱۳
مراحل ارزیابی منابع جامعه.....	۱۴
مرحله ۱. تعریف مشکل تغذیه‌ای.....	۱۵
مرحله ۲. تنظیم پارامترهای ارزیابی.....	۱۶
مرحله ۳. جمع‌آوری داده‌ها.....	۲۰
مرحله ۴. آنالیز و تفسیر داده‌ها (بررسی ارتباطها).....	۲۲
مرحله ۵: یافته‌ها را در اختیار سایر ساز مانها نیز قرار دهید.....	۲۲
مرحله ۶. اولویتها را تنظیم کنید.....	۲۲
مرحله ۷. طراحی Action plan.....	۲۳
منابع و مآخذ.....	۲۶
فصل سوم: ارزیابی وضعیت تغذیه‌ای گروه هدف.....	۲۷

۲۷	مقدمه
۲۹	برنامه‌ای برای جمع‌آوری داده‌ها
۳۰	نوع داده‌هایی که باید در مورد جامعه هدف جمع‌آوری شوند
۳۰	عوامل مربوط به شیوه زندگی فرد
۳۰	شیوه زندگی
۳۱	رژیم غذایی
۳۳	شرایط مربوط به محل زندگی و کار و شرایط اجتماعی
۳۵	روش جمع‌آوری اطلاعات در مورد جامعه هدف
۳۵	بررسی ساده
۳۵	نکاتی چند در خصوص یک بررسی تغذیه‌ای
۳۶	ارزیابی خطر بهداشتی
۳۶	غربالگری
۳۷	Focus groups
۳۸	مصاحبه با افراد آگاه و کلیدی
۳۸	ارزیابی مستقیم وضعیت تغذیه‌ای
۳۹	روشهای ارزیابی دریافتهای غذایی
۴۰	تاریخچه غذایی
۴۰	یادآمد ۲۴ ساعته خوراک
۴۱	روش ثبت مواد غذایی
۴۱	پرسشنامه بسامد خوراک
۴۲	سایر روشهای ارزیابی دریافتهای غذایی
۴۴	روشهای آزمایشگاهی
۴۴	روشهای تینسنجی
۴۵	روشهای بالینی

نکاتی چند در مورد جمع‌آوری داده‌ها.....	۴۵
نکات عملی.....	۴۵
نکات علمی.....	۴۶
روایی و پایایی.....	۴۷
منابع تغییرات.....	۴۹
عوامل فرهنگی.....	۵۲
منابع مورد استفاده.....	۵۷
فصل چهارم: طراحی برنامه‌های تغذیه‌ای.....	۵۹
مقدمه.....	۶۰
عواملی که منجر به شروع طراحی یک برنامه میشوند.....	۶۰
مراحل طراحی برنامه.....	۶۲
مرحله ۱: نتایج حاصل از ارزیابی نیازهای جامعه را مرور کنید.....	۶۲
مرحله ۲: اهداف برنامه را تعیین و تعریف کنید.....	۶۳
مرحله ۳: طرح ریزی برنامه را انجام دهید.....	۶۴
مرحله ۴: یک سیستم مدیریت برای برنامه طرح ریزی کنید.....	۶۵
مرحله ۵: برنامه ای برای تامین منابع مالی و چگونگی تامین هزینه‌ها داشته باشید.....	۶۵
مرحله ۶: اجرای برنامه.....	۶۶
مرحله ۷: اجزای برنامه و اثربخشی آن را ارزشیابی کنید.....	۶۶
فرایند ارزشیابی برنامه.....	۶۹
ارائه یافته‌های حاصل از ارزشیابی.....	۷۰
چالشهای مربوط به ارزشیابی برنامه در محیطهای با فرهنگهای مختلف.....	۷۲
منابع مورد استفاده.....	۷۴
فصل پنجم: طراحی مداخلات تغذیه‌ای.....	۷۵

انتخاب استراتژی مداخله	۷۶
انتخاب یک برنامه مداخله‌ای	۷۶
مطالعه جمعیت مورد هدف	۷۹
منابع غذایی و دسترسی به غذا	۷۹
درآمد و قیمت غذا	۸۰
فاکتورهای فرهنگی اجتماعی مرتبط با انتخاب‌های غذایی	۸۰
ترجیحات غذایی، شناختها و اعتقادات تاثیرگذار بر انتخاب‌های غذایی	۸۱
باورها و عملکردها در زمینه سلامتی	۸۲
ارزیابی تحقیق	۸۶
کمک غذایی با مداخلات مبتنی بر غذا	۸۷
منابع و مآخذ	۸۹
 فصل ششم: بازاریابی برنامه‌های تغذیه‌ای	۹۱
بازاریابی چیست؟	۹۲
ایجاد یک برنامه بازاریابی	۹۲
برقراری آنالیز موقعیتی	۹۵
آشنایی با بازار	۹۵
تحقیق در زمینه بازار	۹۷
بخشهای بازار	۹۷
آنالیز محیط	۹۹
ایجاد استراتژی بازار	۱۰۰
ارزیابی و کنترل	۱۰۱
بازاریابی برای کارکنان بهداشتی زن	۱۰۲
منابع و مآخذ	۱۰۵

فصل هفتم: مدیریت برنامه‌های تغذیه‌ای	۱۰۷
مقدمه	۱۰۸
چهار نقش مدیریت	۱۰۸
برنامه‌ریزی	۱۰۸
ارزشیابی به عنوان یک ابزار برنامه‌ریزی	۱۱۰
ارزشیابی فرایند	۱۱۰
ارزشیابی اثر	۱۱۲
ارزشیابی پیامد	۱۱۳
ارزشیابی ساختار	۱۱۴
ارزشیابی کارآئی یا ارزشیابی مالی	۱۱۴
سازماندهی	۱۱۵
رهبری و هدایت کردن	۱۱۷
کنترل کردن	۱۱۷
منابع و مآخذ	۱۱۸