

## شرح وظایف کارشناس مسئول تغذیه شبکه بهداشت و درمان شهرستان:

۱. تدوین برنامه عملیاتی سالانه در راستای برنامه عملیاتی دفتر بهبود تغذیه جامعه
۲. نظارت بر حسن اجرای برنامه های تغذیه جامعه و تامین و ارتقا سلامت تغذیه ای جامعه
۳. نظارت بر حسن اجرای برنامه مکمل یاری، مطابق با پروتکل ها
۴. نظارت کارشناس ستاد شهرستان بر عملکرد کارشناسان تغذیه مراکز تحت پوشش و صحت زنجیره ارجاع از قبیل پیگیری موارد ارجاعی، تنظیم رژیم غذایی، تکمیل فرم های ارزیابی تغذیه ای، صحت روش اندازه گیری شاخص های آنترپومتریک و ...
۵. اجرای برنامه های آموزشی متناسب با مناسبت ها و برنامه های ابلاغی دفتر بهبود تغذیه جامعه از طریق رسانه های جمعی به منظور حساس سازی و تاکید بر رعایت تغذیه صحیح (از جمله هرم غذایی، کاهش مصرف قند، نمک و چربی، مکمل یاری و ...)
۶. آموزش و بازآموزی متناسب با شرایط موجود به شکل مجازی و غیر مجازی برای کارکنان درون بخشی (مراقب سلامت/بهورز، کارشناس تغذیه، پزشک)
۷. آموزش و بازآموزی به شکل مجازی و غیر مجازی برای کارکنان بین بخشی توسط ستاد استان
۸. تهیه و نظارت بر محتوای آموزشی تغذیه ای مورد استفاده در فضای مجازی بخش دولتی) مانند آموزش و پرورش، بهزیستی، نیروهای مسلح، کمیته امداد امام خمینی و...)
۹. همکاری با صدا و سیما استانی جهت تهیه برنامه های آموزشی در خصوص تغذیه سالم (مانند برنامه های کارشناسی، تهیه پیام های تغذیه ای زیرنویس و...)
۱۰. همکاری با سازمان های بین بخشی حوزه سلامت نظیر شهرداری و دهیاری ها برای استفاده از فضاهای شهری و روستایی جهت انتقال پیام های آموزشی تغذیه
۱۱. حمایت طلبی، پایش، نظارت و مدیریت برنامه های حمایتی تغذیه ای مادران و کودکان در ستاد شهرستان
۱۲. پیگیری جلب مشارکت خیرین سلامت از طریق ستاد خیرین دانشگاه توسط کارشناس ستاد شهرستان برای حمایت های تغذیه ای اقشار نیازمند و آسیب پذیر تغذیه ای
۱۳. پیگیری اجرای برنامه های بین بخشی و نیز اجرای برنامه های آموزشی و حمایتی تغذیه در سایر حوزه ها از جمله آموزش و پرورش، بهزیستی، کمیته امداد، جهاد کشاورزی، حوزه های علمیه و دانشگاه فرهنگیان
۱۴. شناسایی و معرفی مادران باردار و کودکان زیر ۵ سال مبتلا به سوءتغذیه شناسایی شده در پایگاه ها و مراکز به سازمان های حمایتی مانند کمیته امداد امام خمینی و خیرین دانشگاه
۱۵. تهیه شاخص های تغذیه ای به تفکیک و ارائه پس خوراند به مراکز و شهرستان، تدوین اولویت های مداخلاتی و اجرای آن ها
۱۶. تدوین گزارش عملکرد برنامه های تغذیه و برنامه های حمایتی
۱۷. هماهنگی با واحد جلب حمایت خیرین دانشگاه جهت حمایت تغذیه ای گروه های آسیب پذیر
۱۸. پیگیری تامین مکمل ها با توجه به برآورد و درصد مصرف و پوشش مکمل ها

## شرح وظایف در برنامه ها:

### ۱. برنامه بهبود روند رشد و وضعیت تغذیه کودکان زیر ۵ سال

۱. انجام تن سنجی (وزن، قد و دورسر) و تفسیر نمودار رشد
  ۲. پیگیری وسایل کمک آموزشی نظیر پوستر، پمفلت، تراکت و تجهیزات موردنیاز جهت ارتقاء رشد کودکان از قبیل وزنه، ترازو، مکمل ها
  ۳. تشکیل کلاس آموزشی جهت ارتقاء آگاهی در زمینه تغذیه کودک (مادران، رابطین بهداشتی، رابطین ادارات، کمیته امداد و مربیان مهدکودک های وابسته به بهزیستی)
  ۴. بررسی آماری میزان سوءتغذیه درگروه سنی زیر ۵ سال و طراحی مداخلات تغذیه ای جهت ارتقاء وضعیت سلامت کودکان
  ۵. آموزش مادر در زمینه تغذیه کودک (تغذیه با شیر مادر، تغذیه تکمیلی، کودک ۱-۲ سال، کودک ۲-۵ سال)
  ۶. اجرای برنامه حمایتی کودکان دچار سوء تغذیه و بی بضاعت
- ### ۲. برنامه بهبود وضعیت تغذیه مادران باردار و شیرده
۱. آموزش مادران باردار در زمینه تغذیه دوران بارداری
  ۲. بررسی میزان سوء تغذیه در مادران باردار و طراحی مداخلات تغذیه ای جهت ارتقاء وضعیت سلامت مادر باردار
  ۳. تنظیم رژیم غذایی جهت مادران باردار
  ۴. تجویز مکمل های دارویی در دوران بارداری
  ۵. آموزش جهت ارتقاء آگاهی مادران باردار در زمینه تغذیه در دوران شیردهی
- ### ۳. برنامه بهبود وضعیت تغذیه دانش آموزان

۱. انجام تن سنجی و تفسیر نمودار رشد نوجوانان

۲. همکاری با آموزش و پرورش جهت برگزاری کلاس آموزشی تغذیه سالم جهت مدیران، معلمان و دانش آموزان

۳. همکاری با آموزش و پرورش جهت اجرای طرح آهن یاری هفتگی و توزیع ماهانه ویتامین D در مقطع دبیرستان و آموزش دانش آموزان و خانواده ها در زمینه کم خونی، کمبود ویتامین D و عوارض ناشی از آن

۴. اجرای برنامه پایگاه تغذیه سالم (بوفه فروش مواد غذایی) در مدارس

#### ۴. برنامه بهبود تغذیه جوانان

۱- ارتقاء سطح سلامت دانشجویان، سربازان و طلاب از طریق آموزش تغذیه

۲- توزیع ماهانه مگادوز (پرل ۵۰ هزار واحدی) ویتامین دی

۳- اجرای برنامه ی آموزشی، نظارت بر سلف سرویس و بوفه و... در دانشگاه، حوزه علمیه و پادگان ها

#### ۵. برنامه های بهبود وضعیت تغذیه میانسالان و سالمندان

۱. انجام تن سنجی (قد، وزن و دور کمر)

۲. ارائه آموزش های فردی در زمینه تغذیه سالم

۳. تشکیل کلاس آموزشی جهت ارتقاء آگاهی تغذیه ای (داوطلبین سلامت، مساجد، ادارات، پایگاه های بسیج و...)

۴. کلاس آموزشی جهت ارتقاء آگاهی تغذیه ای دانشجویان

#### ۶. برنامه پیشگیری و کنترل وضعیت اختلالات ناشی از کمبود ید

۱. تهیه مطالب آموزشی در راستای افزایش پوشش نمک یددار تصفیه شده

۲. ارائه آموزش های فردی و گروهی جهت گروه های مختلف جامعه جهت مصرف اهمیت مصرف نمک یددار و مضرات نمک دریا

#### ۷. پیشگیری و کنترل اختلالات ناشی از کمبود سایر ریزمغذی ها

۱. آموزش میزان دوز مصرفی مکمل های ویتامین آ و د و مولتی ویتامین در گروه های در معرض خطر (کودکان زیر ۲ سال)

۲. آموزش در زمینه کم خونی فقر آهن علل و عوارض آن، میزان دوز مصرفی مکمل آهن در گروه های در معرض خطر (کودکان زیر دو سال، مادران باردار، دختران دبیرستانی و سایر افراد دچار کم خونی)

۳. آموزش گروه های مختلف مردم در زمینه کم خونی فقر آهن

۴. آموزش گروه های مختلف مردم در زمینه پیشگیری و کنترل کمبود ویتامین D

۵. آموزش سالمندان در زمینه پیشگیری از پوکی استخوان و کمبود کلسیم

#### ۸. برنامه ارتقای فرهنگ و سواد تغذیه ای جامعه

۱. برگزاری جلسات و برنامه های آموزشی تغذیه سالم جهت جامعه

۲. آموزش در زمینه کاهش مصرف روغن، نمک و قند + اهمیت مصرف نان سبوس دار

۳. برگزاری آموزشی در زمینه تغییر نگرش در مورد باورهای نادرست مانند مضرات روغن های دانه، نمک دریا و ظروف مسی

#### ۹. برنامه ارتقای سواد تغذیه ای جامعه جهت کاهش شیوع چاقی و بیماری های غیرواگیر

۱. برگزاری جلسات و برنامه های آموزشی به منظور پیشگیری و درمان اضافه وزن و چاقی

۲. برگزاری جلسات و برنامه های آموزشی در راستای برنامه خطرسنجی بیماری های قلبی عروقی

۳. برگزاری جلسات و برنامه های آموزشی به منظور پیشگیری و کنترل دیابت، فشارخون بالا و چربی خون بالا

۴. برگزاری جلسات و برنامه های آموزشی به منظور پیشگیری از سرطان

#### ۱۰. برنامه بحران و امنیت غذایی

۱. تهیه و تدوین مطالب آموزشی و آموزش کارکنان مرتبط و عموم مردم در زمینه تغذیه در شرایط بحران، تغذیه گروه های آسیب پذیر، نیازمندی های تغذیه ای بحران بر اساس دستورالعمل های ارسالی از دفتر بهبود تغذیه جامعه

۲. پیگیری اجرای استراتژیک تغذیه در بحران

۳. جلب مشارکت جامعه محلی از طریق ایجاد تشکل های محلی با محوریت فرماندار، بخشدار و دهدار در راستای توانمند سازی زنان روستایی جوامع فقیر

۴. آموزش مستمر تغذیه برای خانواده های فقیر به منظور ایجاد تغییرهای رفتاری مناسب در جهت بهبود شیوه زندگی

۵. آموزش پرسنل شاغل در مراکز/پایگاه ها / خانه های بهداشت به منظور ارتقاء فرهنگ و سواد تغذیه ای خانوارهای فقیر

۶. طراحی مداخله های تغذیه ای به منظور حمایت از گروه های آسیب پذیر با همکاری بخش های ذی ربط

#### ۱۱. برنامه ارتقای سواد تغذیه ای جامعه جهت کاهش شیوع چاقی

۱. برگزاری جلسات و برنامه های آموزشی به منظور پیشگیری و درمان اضافه وزن و چاقی

۲. مداخله تغذیه جهت کاهش اضافه وزن و چاقی قبل بارداری
۳. مداخله تغذیه جهت وزن گیری مطلوب در بارداری
۴. مداخله تغذیه جهت کودکان کمتر از ۶ ماه
۵. مداخله تغذیه جهت رشد کودکان ۶ ماه تا یک سال
۶. مداخله تغذیه جهت رشد کودکان ۱ ماه تا ۵ سال
۷. مداخله جهت پیشگیری از اضافه وزن و چاقی در نوجوانان
۸. مداخله جهت پیشگیری از اضافه وزن و چاقی در بزرگسالان

#### ۱۲. برنامه بهبود تغذیه زنان روستایی

۱. افزایش آگاهی تغذیه ای زنان روستایی
۲. برگزاری کلاس های آموزشی کاشت سبزیجات با همکاری جهادکشاورزی
۳. افزایش تعداد باغچه های خانگی ها در روستاها

#### ۱۳. برنامه حمایت تغذیه ای مادران باردار و کودکان دچار سوءتغذیه

۱. توزیع سبذغذایی با همکاری کمیته امداد کاهش شیوع سوء تغذیه در مادران باردار و شیرده
۲. توزیع سبذغذایی با همکاری کمیته امداد کاهش شیوع سوء تغذیه در کودکان
۳. جلب مشارکت موسسه های خیریه و خیرین جهت تهیه و توزیع سبذغذایی

#### ۱۴. برنامه بهبود تغذیه در مراکز جمعی

۱. برگزاری آموزش های گروهی و فردی ویژه کارکنان ادارات
۲. برگزاری آموزش های گروهی و فردی ویژه شاغلین و کارگران کارخانجات
۳. برگزاری آموزش های گروهی و فردی ویژه طلاب، سربازان و دانشجویان

#### ۱۵. سایر برنامه ها:

- افزایش مصرف آرد سبوس دار در شهرستان
- همکاری با گروه های دانشکده ها جهت برنامه های مداخله ای و آموزشی دانشجویان
- آموزش مربیان مهدهای کودک و افزایش برنامه های مشترک با مهدهای کودک
- جوانی جمعیت و خانواده (ماده ۲۴: حمایت تغذیه ای مادران باردار - ماده ۵۵: مداخلات تغذیه در ناباروری)
- آموزش و توانمندسازی پرسنل بدو خدمت