



در این شماره مرخوانید



ارزیابی برنامه های اجرایی
تغذیه در سطح شهر شیراز



جلسه کمیسیون اصل نودم مجلس شورای
اسلامی با موضوع آرد و نان کامل



تداوم اجرای برنامه های مشترک با
دانشگاه فرهنگیان



برگزاری کنگره های نان بهانه ای
جهت تاکید بر لزوم فرهنگ سازی
مصرف نان کامل



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 - بهار بیجندی - دکتر پریسا ترابی - الناز جعفروند - فرهاد لشکر بلوکی - نعیمه نقره

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





اخبار دفتر بهبود تغذیه جامعه

ارزیابی برنامه های اجرایی تغذیه در سطح شهر شیراز

در ادامه نشست کوتاهی کارشناسان دفتر و دکتر اسمعیل زاده با معاون بهداشتی دانشگاه جناب آقای دکتر ایلامی و معاونین فنی و اجرایی در خصوص برنامه های تغذیه دانشگاه، داشتند که مشکلات اجرایی و جذب کارشناسان تغذیه در برنامه بیمه روستایی مورد بحث و تبادل نظر قرار گرفت.

همچنین بازدید از برنامه ها و خدمات تغذیه در ستاد شهرستان شهدای والفجر، مرکز بهداشت شبکه بهداشت شیراز شهدای انقلاب، مرکز جامع سلامت شهید حر ریاحی و مرکز جامع سلامت حضرت احمدبن موسی (ع) صورت گرفت.

در پایان بازدید از تلاش همکاران در راستای اجرای موثر برنامه ها تشکر شد. خانم مریم مهارت رئیس گروه بهبود تغذیه جامعه معاونت بهداشت و خانم اعظم فرمانی کارشناس آن گروه، در این بازدید کارشناسان دفتر بهبود تغذیه وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی را همراهی نمودند.

پایش برنامه های بهبود تغذیه دانشگاه علوم پزشکی شیراز طی بازدید کارشناسان دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در تاریخ ۱۱ دی سال ۱۴۰۳ صورت گرفت.

خانم دکتر پریسا ترابی و خانم الناز جعفروند، با حضور در واحد بهبود تغذیه ستاد مراکز بهداشت شهدای والفجر و انقلاب نحوه اجرای برنامه های بهبود تغذیه را بررسی نموده و مورد ارزیابی قرار دادند. در این بازدید نحوه انجام خدمات توسط کارشناسان تغذیه، درصد تحقق شاخص ها در مراکز جامع خدمات سلامت سطح شهر شیراز، ابتکارات اجرایی و ... مورد بررسی قرار گرفت.

کارشناسان دفتر بهبود تغذیه وزارت به منظور بررسی مستقیم نحوه ارائه خدمات تغذیه به گروه های هدف به مراکز خدمات جامع سلامت قلعه نو و حر ریاحی مراجعه نموده و عملکرد کارشناسان تغذیه، پزشک خانواده، ناظر و مراقبین سلامت را مورد بررسی قرار دادند. نشست با کارشناسان تغذیه شاغل در شبکه های بهداشتی و درمانی به منظور بیان مشکلات و چالش های اجرایی برنامه های بهبود تغذیه برگزار شد و مشکلات توسط کارشناسان مطرح شد.





اخبار دفتر بهبود تغذیه جامعه

برگزاری جلسه پرسش و پاسخ کارشناسان تغذیه استان لرستان با مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت

این جلسه یکشنبه ۳۰ دی ۱۴۰۳ با حضور دکتر احمد اسمعیل زاده مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه و کارشناسان وزارت بهداشت، دکتر مریم کوشکی معاون بهداشت دانشگاه، کارشناسان و مسئولین واحدهای تغذیه استان لرستان در سالن جلسات این معاونت برگزار شد. در این جلسه ابتدا کارشناسان تغذیه استان سوالات، مشکلات و چالش‌های حوزه کاری خود را بیان کردند و دکتر احمد اسمعیل زاده مدیر گروه بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت پس از بیان پاسخ‌ها، نکاتی را بیان نمود. در ادامه از کارشناسان تغذیه نمونه استان لرستان با اهدای لوح و هدیه از طرف معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی لرستان تقدیر به عمل آمد.



انتخاب استان لرستان به عنوان پایلوت طرح تحقیقاتی بررسی وضعیت تغذیه جمعیت عشایری کشور

دکتر احمد اسمعیل زاده در جلسه بررسی وضعیت تغذیه ای جمعیت عشایری با اشاره به اینکه حدود یک میلیون و ۸۰۰ هزار نفر از جمعیت کشور را جمعیت عشایری تشکیل می‌دهند، اظهار داشت: با توجه به اینکه در حوزه عشایر داده‌های جامع در زمینه تغذیه نداریم، مقرر شده طرح تحقیقاتی بررسی تغذیه جمعیت عشایری کشور با همکاری سازمان امور عشایری و وزارت بهداشت انجام شود. وی افزود: این طرح در دانشگاه علوم پزشکی لرستان به عنوان فوکال پوینت انجام خواهد شد و ۱۳ استان دیگر در کشور نیز در این طرح همکاری خواهند کرد و معاونت بهداشت وزارت بهداشت نیز به این طرح کمک خواهد کرد.

مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت گفت: در این طرح داده‌های مبتنی بر تغذیه، داده‌های مربوط به بیومارکرها و داده‌های تن‌سنجی در جمعیتی بالغ بر ۳ هزار و ۵۰۰ نفر از جمعیت عشایری کشور و در گروه‌های سنی مختلف جمع‌آوری خواهد شد. دکتر اسمعیل زاده تاکید کرد: این داده‌ها بعد از جمع‌آوری تحلیل میشوند تا تصویر کاملی از وضعیت تغذیه جامعه عشایر داشته باشیم و در نتیجه مبنایی برای سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی برای بهبود وضعیت تغذیه در کشور خواهند شد.



اخبار دفتر بهبود تغذیه جامعه

چهارمین جلسه توانمند سازی مدیران با بررسی تغییرات مرتبط با سامانه برنامه عملیاتی برگزار شد

برنامه عملیاتی شامل ابلاغ اهداف کلی وزات بهداشت در سال ۱۴۰۴، چالش های نظام برنامه ریزی و نحوه اجرای برنامه ها و تغییرات مرتبط با بستر سامانه برنامه عملیاتی و نیز گزارشی از میزان تحقق اهداف اختصاصی، برنامه های عملیاتی دفتر بهبود تغذیه ستاد و دانشگاه/دانشکده های علوم پزشکی سراسر کشور در سال ۱۴۰۲ ارائه گردید و در انتها به سوالات همکاران محترم در خصوص تدوین برنامه های راهبردی و عملیاتی دفتر بهبود تغذیه در سال آتی پاسخ داده شد و با توجه به نیاز همکاران محترم مقرر گردید کارگاه آموزشی با موضوعیت تدوین برنامه عملیاتی و راهبردی در راستای بهبود روند برنامه ریزی در نظر گرفته، تدوین و برنامه ریزی گردد.

دفتر بهبود تغذیه جامعه در راستای توانمندسازی مدیران بهبود تغذیه در نظام شبکه بهداشتی کشور، چهارمین جلسه از مجموعه جلسات توانمندسازی مدیران بهبود تغذیه را با عنوان بررسی تغییرات مرتبط با سامانه برنامه عملیاتی، در تاریخ ۲۴ دی ماه، روز دوشنبه از ساعت ۹ الی ۱۵:۱۰ صبح برگزار گردید که مورد استقبال همه همکارانمان در دانشگاه های علوم پزشکی سراسر کشور قرار گرفت. در این جلسه به بررسی تغییرات نظام برنامه ریزی وزارت بهداشت پرداخته شد و توضیحاتی در خصوص آغاز فرآیند





اخبار دفتر بهبود تغذیه جامعه

تداوم اجرای برنامه های مشترک با دانشگاه فرهنگیان

در تاریخ ۱۰ دیماه سال جاری، جلسه ای با حضور نماینده محترم دانشگاه فرهنگیان با هدف پیگیری تفاهم نامه جاری مابین دفتر متبوع و اداره کل مشاوره، بهداشت و سلامت دانشگاه فرهنگیان برگزار گردید. خانم خوش منظر در این نشست به نتایج و بازخوردهای مثبت سوابق اجرای برنامه های مشترک در سطح کشور اشاره نمودند و خواستار تداوم همکاری ها برای آموزش دانشجو معلمان با موضوعات تغذیه ای و پایش مشترک پردیس های دانشگاهی در سطح کشور شدند. در حال حاضر ۶۳ پردیس در سطح کشور تعلیم و تربیت حدود ۱۰۰ هزار دانشجو معلم را به عهده دارند.

بر این اساس مقرر گردید جهت احیای همکاری ها و تمدید تفاهم نامه برای سال ۱۴۰۴، همکاری دانشگاه ها طی مکاتبه ای جلب گردیده و به توانمندسازی و ارتقای آگاهی دانشجو معلمان به عنوان مربیان قابل قبول و مورد توجه دانش آموزان همت گمارده شود و بدین ترتیب فرهنگ تغذیه صحیح از مبادی ابتدایی ورود به جامعه برای دانش آموزان مطرح شود.

جلسه کمیسیون اصل نودم مجلس شورای اسلامی با موضوع آرد و نان کامل

در جلسه منعقد کمیسیون اصل نودم مجلس شورای اسلامی در مورخ ۱۱ دی که با حضور نمایندگان دستگاه های مرتبط و با موضوع آرد و نان کامل برگزار شد و تصمیماتی جهت ترویج و مصرف نان کامل اتخاذ شد. مقرر شد از محل صرفه جویی حاصل از کاهش سبوس گیری بسته حمایتی لازم جهت کارخانجات تولید آرد و واحدهای نانوایی در نظر گرفته شود. به منظور حمایت نانوایی های تولید کننده نان کامل آرد نوع یک کاملاً دولتی به این واحدهای نانوایی اختصاص یابد و مجوزهای جدید نانوایی صرفاً به تولید کنندگان نان کامل طی یک سال آینده اختصاص یابد. مقرر شد نظر به ایجاد زیر ساختهای لازم فنی و بهداشتی و همچنین فرهنگ سازی عمومی سالانه ۲ درصد کاهش سبوس گیری برای کلیه آردهای خبازی (تمام نانهای چهارگانه) اعمال شود. صدا و سیما برنامه جامعی در ترویج مصرف نان کامل تدوین و اجرا نماید. وزارت بهداشت آیین نامه تولید نان کامل و دستورعمل های اجرایی مربوطه را تدوین و آموزش نانوایان و اطلاع رسانی در محل نانوایی را به عمل آورد.





اخبار دفتر بهبود تغذیه جامعه

برگزاری کنگره های نان بهانه ای جهت تاکید بر لزوم فرهنگ سازی مصرف نان کامل

تأکید داشتند و افزودند: سالیانه در کشور از مجموع ۴۲۰ هزار مرگ، حدود ۶۰ هزار مورد ناشی از عدم مصرف نان کامل می باشد. مطالعات نشان می دهد در جوامعی که غلات کامل استفاده می گردد، خطر بروز اضافه وزن و چاقی، دیابت و بسیاری از مرگ و میرها کاهش می یابد.

دکتر اسمعیل زاده در ادامه افزود: سرانه فیبر دریافتی در کشور به طور متوسط ۱۳ تا ۱۴ گرم در روز می باشد که این میزان نصف مقدار توصیه شده است؛ یکی از منابع اصلی دریافت فیبر، غلات کامل می باشد. بنابراین توصیه می شود عموم مردم به صورت روزانه از نان کامل استفاده و مصرف نان های تهیه شده با آرد سفید را محدود نمایند.

کنگره ملی نان کامل و فرآورده های غلات با هدف جمع آوری و اشتراک گذاری تجارب علمی و اجرایی برنامه ریزان، سیاستگذاران و اندیشمندان علمی در این زمینه و همچنین تشویق عموم مردم به مصرف نان کامل در شیراز برگزار گردید.

در این کنگره که در روزهای ۱۲ و ۱۳ دی ماه ۱۴۰۳ برگزار شد، جناب آقای دکتر احمد اسمیل زاده، مدیر کل دفتر بهبود تغذیه وزارت بهداشت به عنوان سخنران نیز حضور داشتند. ایشان بر مصرف نان کامل توسط خانوارهای ایرانی -





تازه های تحقیقاتی

پروتئین موجود در سویا با تاثیر بر باکتری های روده، خطر نارسایی قلبی را کاهش می دهد

به موش هایی که نارسایی قلبی داشتند، دادند و تاثیرات آن را بر روی قلب بررسی کردند. موش ها نشان دادند که عملکرد قلب بهبود یافته، ضخامت عضله کاهش یافته و زخم های بافت قلب که مشکلات رایج مرتبط با پیشرفت بیماری قلبی هستند، کاهش یافته است.

تحلیل باکتری های روده افزایش سه نوع باکتری تولید کننده SCFAS (بوتیرکی ماناس، ماروبنیرانتیا و آنزوترانکوس) و همچنین غلظت های SCFAS که سلامت روده را حفظ می کنند (اسید استیک، اسیدبوتیریک و اسید پروپیونیک) را شناسایی کرد.

این یافته ها نشان می دهد که B-CG به پیشگیری از آسیب های قلبی کمک می کند، حداقل تا حدی با ترویج رشد باکتری های تولید کننده SCFAS. باکتری ها در روده بزرگ در حین هضم فیبر و سایر غذاها SCFAS تولید می کنند. SCFAS ها به داشتن خواص ضد التهابی شناخته شده اند و نقش مهمی در حفظ سلامت روده ایفا می کنند. با این حال، یافته ها نشان می دهد که ممکن است آن ها همچنین به محافظت از قلب در برابر آسیب های ناشی از فشارخون بالا کمک می کنند.

یک تیم تحقیقاتی از دانشکده پزشکی دانشگاه ناگویا کشف کرده است که یک روش امیدوارکننده برای کند کردن پیشرفت نارسایی قلبی در موش ها وجود دارد. آن ها دریافتند که رژیم غذایی غنی از پروتئین سویا به نام B-conglycinin (B-CG)، می تواند با تاثیر بر باکتری های روده از سلامت قلب حمایت کند.

تحلیل ها نشان داد که رژیم غذایی غنی از پروتئین سویا تولید اسیدهای چرب زنجیر کوتاه (SCFAS) را در روده افزایش می دهد که نقش مهمی در حفاظت از قلب ایفا می کنند. یافته ها در نشریه Clinical Nutrition منتشر شده است.

بسیاری از افرادی که مشکلات قلبی دارند سعی می کنند یک رژیم غذایی مغذی را برای کاهش خطر بیماری دنبال کنند. سویا به عنوان بخشی از یک رژیم غذایی سالم، به مدت طولانی به خاطر خواص آنتی اکسیدانی و ضد التهابی اش شناخته شده است.

براساس این تحقیقات، پژوهشگران مشکوک شدند که پروتئین های موجود در سویا ممکن است به پیشگیری از آسیب های قلبی کمک کنند. دکتر نودمی فروکا وا و همکارانش پروتئین مشتق شده از سویا به نام (B-CG) را



تازه های تحقیقاتی

در آینده، تیم ما بر روی ساختار درون **B-CG** تمرکز خواهد کرد و مکانیسم مولکولی دقیق افزایش اسیدهای چرب با زنجیره کوتاه را که اثرات محافظتی قلبی را نشان می دهد، با هدف توسعه روش های درمانی و پیشگیری جدید بررسی خواهد کرد.

محققان امیدوارند که این روش به راه های جدیدی برای درمان بیماریهای قلبی از طریق رژیم غذایی و سلامت روده منجر شود و ارتباط بین آنچه می خوریم و نحوه واکنش بدن، به ویژه قلبمان را برجسته کند. با توجه به اینکه نارسایی قلبی یکی از علل اصلی مرگ و میر در سراسر جهان است، این یافته ها می توانند تاثیری ماندگار بر نحوه حفظ قلب سالم داشته باشند.



یک جنبه مهم این مطالعه این است که اجزای عملکردی سویا اثرات مفیدی بر قلب نشان دادند پیش از این، اثرات برجای نشان داده شده بود اما اثرات آن بر بیماری های قلبی عروقی شناخته شده نبود. نکته مهم این است که مصرف **B-CG** و **SCFA** های اصلی و باکتری های تولید کننده آنها را به عنوان تغییر در میکروبیوتای روده افزایش می دهد. این **SCFA** ها ممکن است از پیشرفت بیماری نارسایی قلبی جلوگیری کنند.

هنگامی که محققان از آنتی بیوتیک ها برای کاهش جمعیت این میکروب های تولید کننده **SCFA** در موش ها استفاده کردند، اثرات محافظتی **B-CG** ناپدید شد. برای تأیید این موضوع، آن ها پروبیونات سدیم، یکی از **SCFA** ها را به موش ها تزریق کردند و دریافتند که اثراتی مشابه با تغذیه موش ها با **B-CG** دارد و این ایده را تقویت می کند که **SCFA** ها بخش کلیدی در کاهش آسیب قلبی هستند. اگر چه محققان این مطالعه را روی موش ها انجام دادند، اما یافته ها نشان می دهد که مکانیسم های مشابه ممکن است به درمان نارسایی قلبی در انسان کمک کند. **B-CG** یا مشتقات آن می تواند به طور بالقوه به عوامل درمانی تبدیل شود که به جلوگیری یا کند کردن پیشرفت نارسایی قلبی کمک می کند و راه حل طبیعی تری برای یک مشکل عمده سلامتی را ارائه می دهد. البته، سویا و اجزای آن، مانند **B-CG**، ممکن است برای همه افراد، به ویژه کسانی که آلرژی دارند، موثر نباشد.



تجربه های موفق دانشگاه ها

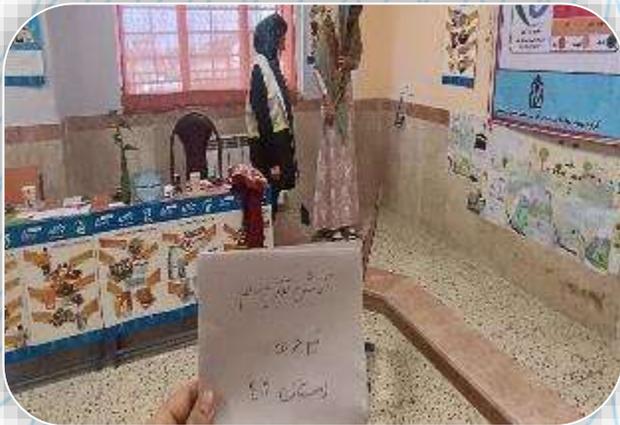
فعالیت کارشناسان بهبود تغذیه در برنامه جهادی دی ماه ۱۴۰۳ استان گلستان



همزمان با سالروز شهادت سردار قاسم سلیمانی برنامه اردوی جهادی و ارائه خدمات سلامت از جمله مشاوره و آموزش تغذیه در مناطق محروم شهرستان گمیشان تدارک دیده شد. در این رویداد کارشناسان تغذیه شهرستان ضمن ارائه خدمات مشاوره تغذیه در ساعات عصر به آموزش تغذیه گروه های مردمی پرداختند. همچنین توصیه ها و پیام های پویش ملی تغذیه به عموم مردم آموزش داده شد.



این برنامه مورد بازدید مدیران استانی دانشگاه و نیز سپاه استان قرار گرفت با استقبال فراوان گروه های مردمی همراه بود.





باورهای نادرست تغذیه ای

✘ مصرف قند آب (قنداغ یا ترنجبین) برای نوزاد مفید است.

✓ هرگونه توصیه به مصرف ماده‌ای خاص توسط نوزاد به دلیل فواید آن بایستی توسط کادر بهداشتی درمانی مربوطه، متخصصین اطفال و متخصصین تغذیه و رژیم‌درمانی، صورت بگیرد. ضمناً توجه شود که در شش ماه اول زندگی تغذیه انحصاری نوزاد شیر مادر و یا در شرایط تجویز توسط پزشک اطفال، شیر خشک است و تغذیه با هر ماده غذایی دیگری باید بعد از شش ماهگی با نظارت صورت بگیرد.

✘ مصرف آب قند در نوزادی باعث افزایش اشتها و رفع یبوست می‌شود.

✓ خیر هیچگونه مدرک علمی وجود ندارد که نشان دهد دادن آب قند به نوزاد تازه متولد شده می‌تواند اشتها را افزایش دهد یا یبوست را برطرف کند. در واقع، دادن آب قند یا هر نوشیدنی شیرین دیگر و به کلی هر ماده غذایی دیگری به غیر از شیر مادر به نوزاد توصیه نمی‌شود. شیر مادر یا شیر خشک (در صورت صلاح‌دید پزشک) باید منبع اصلی تغذیه برای نوزادان زیر ۶ ماه باشد. اگر نگران اشتها یا یبوست نوزاد خود هستید، بایستی با پزشک او مشورت کنید.

✘ به دلیل اینکه شیر خشک‌ها غنی شده هستند ارزش غذایی شیر خشک برای نوزاد بیشتر از شیر مادر است.

✓ خیر، شیر مادر و شیر خشک دارای مقادیر مشابهی کربوهیدرات و پروتئین هستند، هرچند که البته کربوهیدرات و پروتئین شیر خشک کمی بیشتر از شیر مادر است. با این حال، کیفیت پروتئین در شیر مادر بالاتر از شیر خشک است، زیرا نسبت اسیدهای آمینه در شیر مادر با نیازهای کودک مطابقت بیشتری دارد. شیر مادر به عنوان بهترین منبع تغذیه برای نوزادان در نظر گرفته می‌شود، زیرا حاوی تعادل مناسبی از مواد مغذی برای نوزادان است، به علاوه دارای مقدار مناسب چربی، قند، آب، پروتئین و ویتامین‌ها برای رشد و نمو نوزادان است. همچنین شیر مادر حاوی آنتی‌بادی‌هایی است که به محافظت نوزاد در برابر بیماری‌های رایج دوران کودکی مانند عفونت گوش و قفسه سینه کمک می‌کند. تغذیه با شیر خشک تنها در صورت صلاح‌دید متخصص اطفال بایستی صورت گیرد.



کارشناسان تغذیه برتر

شیراز

تصویر	نام و نام خانوادگی	سابقه کار	دلایل انتخاب	تحصیلات	محل کار
	راضیه محب‌پور	۵ سال	۱- آمار بالای مراجعین و خدمات بالای ارائه شده حتی بیش از حد انتظار تعیین شده ۲- میزان رضایت بالای مراجعه کنندگان و بهبودی مشاوره تغذیه گروه های سنی ۳- اقدامات ابتکاری در حیظه وظایف، مشکلات منطقه و مناسبت های بهداشتی ۴- جلب حمایت خیرین در منطقه تحت پوشش خود در جهت اجرای برنامه های آموزشی و... ۵- میزان کیفیت و کمیت مشاوره های انجام شده	کارشناسی علوم تغذیه	کارشناس تغذیه مرکز خدمات جامع سلامت قمر بنی هاشم (ع)

نیشابور

تصویر	نام و نام خانوادگی	سابقه کار	دلایل انتخاب	تحصیلات	محل کار
	سیما اخروی	۳ سال	- همکاری مطلوب در اجرای مناسبت های بهداشتی، ارسال به موقع گزارشات و آمارهای تغذیه، تهیه متن آموزشی (ترجمه مقاله) جهت سایت دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت، همکاری مطلوب در زمینه تهیه محتوای آموزشی (اینفوگرافی، پوستر و...)	کارشناسی علوم تغذیه	کارشناس تغذیه مرکز جامع سلامت-دانشگاه علوم پزشکی نیشابور

زاهدان

تصویر	نام و نام خانوادگی	سابقه کار	دلایل انتخاب	تحصیلات	محل کار
	مریم سرحدی	۲۷ سال	- پیگیری و اجرای به موقع برنامه های تغذیه در ستاد شهرستان زاهدان از سال ۱۳۸۹ تاکنون - میزان بالای تعامل و همکاری درون و بین بخشی - میزان بالای رضایت سطوح ستادی و محیطی	کارشناسی مامایی	مرکز جامع سلامت-دانشگاه علوم پزشکی زاهدان



همایش ها و کنگره های آتی

نام دوره	نوع دوره	برگزار کننده	تاریخ برگزاری	اطلاعات ثبت نام
تازه های تغذیه تکمیلی	حضور	دانشگاه علوم پزشکی ایران	۴ بهمن ماه ۱۴۰۳	سامانه آموزش مداوم
مدیریت وزن	حضور	دانشگاه علوم پزشکی بندرعباس	۴ و ۵ بهمن ماه ۱۴۰۳	سامانه آموزش مداوم
تازه های تغذیه در ناباروری	حضور	مرکز آموزش عالی علوم پزشکی وارستگان	۴ بهمن ماه ۱۴۰۳	سامانه آموزش مداوم
پیکرشناسی (آنتروپومتری)	حضور	نظام پزشکی تهران	۵ بهمن ماه ۱۴۰۳	سامانه آموزش مداوم
سبک زندگی سالم در پیشگیری و درمان چاقی کودکان	حضور	دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه	۱۵ بهمن ماه ۱۴۰۳	سامانه آموزش مداوم
جراحی درون بین و جراحی چاقی - تاثیر جراحی چاقی بر بیماری های زنان و ناباروری	حضور	دانشگاه علوم پزشکی اصفهان	۱۷ بهمن ماه ۱۴۰۳	سامانه آموزش مداوم
کنگره ملی سرطان و تغذیه	حضور	دانشگاه علوم پزشکی ارتش	۲۴-۲۶ بهمن ماه ۱۴۰۳	سامانه آموزش مداوم
علت و ارزیابی و مداخله تغذیه ای در فقر آهن	وبینار	دانشگاه علوم پزشکی گلستان	۲۸ بهمن ماه ۱۴۰۳	سامانه آموزش مداوم