

《公共营养师》

图书基本信息

书名：《公共营养师》

13位ISBN编号：9787504566942

10位ISBN编号：7504566942

出版时间：2007-9

出版社：中国劳动

作者：本社

页数：480

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《公共营养师》

前言

为推动公共营养师职业培训和职业技能鉴定工作的开展，在公共营养从业人员中推行国家职业资格证书制度，中国就业培训技术指导中心在完成《国家职业标准——公共营养师（试行）》（以下简称《标准》）制定工作的基础上，组织参加《标准》编写和审定的专家及其他有关专家，编写了《国家职业资格培训教程——公共营养师》（以下简称《教程》）。《教程》紧贴《标准》，内容上，力求体现“以职业活动为导向，以职业能力为核心”的指导思想，突出职业培训特色；结构上，针对公共营养师职业活动的领域，按照模块化的方式，分级别进行编写。《教程》的基础知识部分内容涵盖《标准》的“基本要求”；能力部分的章对应于《标准》的“职业功能”，节对应于《标准》的“工作内容”，节中阐述的内容对应于《标准》的“能力要求”和“相关知识”。《国家职业资格培训教程——公共营养师（国家职业资格三级）》适用于对三级公共营养师的培训，是职业技能鉴定的推荐辅导用书。本书在编写过程中得到了卫生部人才交流服务中心、中国营养学会等单位的大力支持与协助，中国疾病预防控制中心的一些营养学博士和硕士韩军花、何梅、潘兴昌、付佳、李恒、付婷、徐爱萍等也为本书编写提供了大量帮助，在此一并表示衷心的感谢。由于时间仓促，不足之处在所难免，欢迎读者提出宝贵意见和建议。

《公共营养师》

内容概要

《公共营养师》(国家职业资格3级)介绍了三级公共营养师应掌握的专业能力及相关知识,涉及膳食调查和评价、人体营养状况测定和评价、营养咨询和教育、膳食指导和评价、食品营养评价和社区营养管理及营养干预等内容。

章节摘录

插图：1) 不同地区碳水化合物的摄入量及分布。2) 不同性别年龄居民碳水化合物的摄入状况。3) 不同家庭人均年收入水平居民碳水化合物的摄入状况。4) 碳水化合物的食物来源。(5) 对维生素、常量元素、微量元素的描述

1) 不同地区维生素、常量元素、微量元素的摄入量及分布。2) 不同性别年龄居民维生素、常量元素、微量元素的摄入状况。3) 不同家庭人均年收入水平居民的维生素、常量元素、微量元素摄入状况。4) 不同地区居民维生素、常量元素、微量元素摄入量与DRI。比较，见表1-34。

程序7居民膳食结构现状与膳食指南比较根据膳食指南8条，逐条进行比较。(1) 食物多样，谷类为主。从居民对各类食物的消费情况和谷类摄入量、居民能量的食物来源进行分析。(2) 多吃蔬菜、水果和薯类。根据平衡膳食宝塔推荐的蔬菜、水果、豆类的推荐量，计算达到该推荐量的人数百分比。(3) 常吃奶类、豆类或其制品。计算每标准人日奶类的摄入量，与平衡宝塔的推荐量进行比较，并计算居民膳食钙、蛋白质的主要食物来源。(4) 经常吃适量的鱼、禽、蛋、肉，少吃肥肉和荤油。根据平衡膳食宝塔推荐量，分析居民平均摄入量是否达到或超过该推荐量。(5) 食量与体力活动要平衡，保持适宜体重。可分析居民的超重与肥胖率及变化。(6) 吃清淡少盐的膳食。分析居民食用油、盐、酱油的平均摄入量(g/标准人日)，并与WHO建议量每人每日6g盐比较。(7) 饮酒应限量。膳食指南没有给出限量值，应注意控制。程序8结论和建议结论是对以上主要结果的重点描述，常常起到画龙点睛的作用。

《公共营养师》

编辑推荐

《公共营养师》(国家职业资格3级)根据《国家职业标准——公共营养师(试行)》的要求,由中国就业培训技术指导中心按照标准、教材、题库相衔接的原则组织编写,是职业技能鉴定的推荐辅导用书。

精彩短评

- 1、好书，纸质好，字体清楚，是正版，值得信赖，下次还买。
- 2、不是正版的，气死人了~~~
- 3、帮同学买的，没有送货上门暂时还没拿到还不知道那书怎样。不过应该不会很差把。
- 4、书很正版，很好，对学营养的人会有很大帮助
- 5、让我过了吧！！！！
- 6、还不错，就是尘有点多...
- 7、书是正版的 值得购买
- 8、。。三级的书真心很头疼啊。都是要调查什么的。
- 9、很实用，应该是正版的、
- 10、具体还没看。有点显旧，但是速度真的是太快了
- 11、有兴趣的朋友可以买来学习 多一项知识
- 12、公共营养师考试必备
- 13、还没有读，迫不及待
- 14、书很不错，打算从事此行业的人可以学学
- 15、考证用的。
- 16、很好很不错,真的很不错哦
- 17、我买了一套，送得很快，而且书的质量很不错，对考试很有帮助，值得推荐！
- 18、你说为了陪考，我嫩不强迫自己看完了这本书嘛。挺痛苦的呀，（ ）毕竟是考试书。对营养学有点感性认识。有机会要深入。
- 19、第一次在当当网买书，服务很周到，很省心，下次还来买。
- 20、应该是正版的，内容很详细，配合习题更好
- 21、我是看到同学有一本这个书，就也来买了。她的是07年9月第一版的，07年9月第一次印刷的。我在卓越网拿到的是07年9月第一版，2011年3月第七次印刷。请问为什么明明是同一个版本的东西，里面的数据完全不一样？？！本来我还不知道的，拿她的书来画重点，发现文字部分基本一样，数据部分差很多！！而且有些表格排版什么的和她那本完全不一样！排版什么的就算了，反正也不是看样子。主要是，数据为什么会不一样。同样的公式。。数字却有很多处不同。。以前我一直以为卓越不会卖盗版的。这次我真的很失望。而且，这次的书，比她那本薄了0.2cm，虽然一样是480页。这0.2厘米是怎么回事？用不好的纸质么！！如果是普通阅读书，我不会计较。但这本是考试用书啊！考试也是可以随便盗版糊弄的嘛！！请卓越给个说法！请卓越给个说法！请卓越给个说法！请卓越给个说法！请卓越给个说法！
- 22、主要是为了营养师的技能培训买的。不过，考过营养师后，这本书对生活中的膳食也有很好的指导作用，让自己及身边的人掌握健康的饮食。
- 23、三级公共营养师应掌握的专业能力及相关知识，涉及膳食调查和评价、人体营养状况测定和评价、营养咨询和教育、膳食指导和评价、食品营养评价和社区营养管理及营养干预等内
- 24、内容还好，挺适合的。
- 25、还行.....
- 26、帮同学买的，是我们学习的教材
- 27、公共营养师（国家职业资格三级）考试用书
- 28、非常适用。很好。
- 29、看了都不错
- 30、很有用。 正版，不过好像有出新版了、
- 31、考证 比预计的早一天送到 有点灰尘
- 32、公共营养师（国家职业资格三级）考试用书 还好
- 33、看起来还不错。。纸质不太好。。
- 34、买来考试用的，很清晰，内容还没来得及细看，感觉上不错，应该会对考试和生活有帮助
- 35、虽然是在网上买的书，没有看见真实的书本，但是纸的质量还是要保证的，那书页都发黄了。。难道是长久存放的结果么？？？？郁闷

《公共营养师》

- 77、挺好的，支持当当网。
- 78、买来考试用的，挺厚！！！！能学到很多知识！
- 79、与学校的一样，考试，加油啊啊
- 80、纸张的质量还好，内容很丰富，会很有帮助。
- 81、虽是一本教科书，却写出了诙谐的味道，作者应该很热爱文学创作吧。
- 82、公共营养师（国家职业资格3级）
- 83、发货速度快，书很正，无破损情况出现，价格便宜实惠，购物方便。店里没有这本书，当当很给力上了这本书。适合三级营养师日常和考试使用。推荐！！
- 84、考试专用教材，还好
- 85、很好用 考证用 可以很好
- 86、没有买基础知识，直接看三级的书有点儿不明就里，还需要购买基础知识才能好好的准备。
- 87、营养师教材很好，共四级，我选择了三级，以后我还会买第二级。
- 88、适用于营养师3级考试
- 89、加油，考证成功
- 90、看了下，讲的挺细，不仅考试可以用到，还能指导我们日常生活。
- 91、书还可以，但是收到的时候封面破损
- 92、买给女友的，也没好好看

1、兩年前，我參加的三級公共營養師考試實踐技能科目沒有過，後來我爲了這場現在看來毫無意義的證書繼續複習了一遍三級技能。說實話，當時是學生，難免用稚嫩的眼光去看待問題。總覺得在天朝這個國度，成熟變成了突然發生的事情，像是高中三年苦讀，最後拼死拼活地在繁雜的數論基礎和把奧賽精神發揮到極致的理科學問中殺出重圍，最終用天分和汗水贏得那張期盼的紅色信封，即便就是在考完的一剎那，就已經脫離了“中學生”這頂光環，你突然地面對著現實---人生的分水嶺（本人雖有一定的名校情結，但是本身卻也是在二流的底層本科，以勉勉強強的成績畢業。我相信總的來說更優秀的地方會培育出更加拔尖的人才）填報的任何一條志願都像蝴蝶效應一樣對人生的未來產生細微的影響，這是一種怎樣的差距，前一天還在努力算算式，後一天已經為職業規劃做準備？（我吐槽這種制度花了一點篇幅，離題稍遠）當年我就是那種還沒有完全脫離“中學生”光環的高中畢業生，高中三年對我最刻骨銘心的話是：大學可以好好玩了。我知道這句話可害慘了一批人，我總覺得人生才剛剛開始，總覺得時間這麼慢，覺得可以無憂無慮地生活，我是一個樂觀的人，這種感覺在我畢業那天戛然而止---我可能會失業，我在大學里一無所獲，我考的唯一這張公共營養師的證書，被證明是在求職時候無人問津的。當時失落的情緒一直籠罩著我。我一直在思索，何謂“大學”，即修“大學問”，不是學習某個恩技能，是個人綜合素質的教育，而且真正來說，大學裏面的每一門課程---包括選修課---都是不可替代的，思想道德---人生最需要的優良品質，馬克思主義哲學---至少是哲學的一種，高等數學---邏輯思維的訓練，現實應用及其廣泛的學科，語文---語言談吐的修養，總總。現在的大學生到底是以一種什麼樣的心態來面對這些繁雜的學科？我不反對功利的驅逐，每個人的努力是爲了某個或者某些目的，不管是怎麼樣的意識導向，畢竟這個機制會驅使個人的奮鬥，但是要不要滿街一抓一大把的大學畢業生呢？我聽到這個詞就像是一種貶義詞，在鄙視教育層次的缺失。這本書是中國勞動部主編的，何謂勞動部？眾所周知，我們有三種身份：農民，工人和國家幹部，國家設立勞動部的初衷是管理勞動人民（即工人）的有關勞動工作一切事項（此處勞動為狹義的，即大部份為體力勞動）。這種制度從計劃經濟時代延續至今，本身就廣受詬病，拿我來說，我上個月剛剛和一勞務公司簽個勞務派遣合同，我簽名的時候是萬般無奈的，不管怎麼講，當年也是高考分數達到省控線的人，也是正規“大學”的畢業生，有學歷有學位，結果呢，“.....去所在社區辦理就業證.....”完全粉碎了我美好的願望---“你丫就是個工人，幹活去吧”我明白不是我不夠優秀，是我本身就不優秀，制度是不平等的，身份更是不平等的，不可能全部的大學畢業生都去保留國家幹部身份，一年后給你來個轉正定級？工資按工作時間算？我們剛剛開始的定位就錯失了一個臺階。（此處沒有貶低任何勞動者的意思，勞動最光榮，理應得到其付出相對應的報酬，可是現實是殘酷的）現在我已經把國家幹部這種虛榮的身份稱謂拋之腦後，已經安心地每天工作，不去想身份這種東西，而是努力做好工作上的事宜，並且在有條件的基礎上提升自己，等待機會，尋找適合的工作，開展我的職業規劃宏圖。。離題略遠了。。其實這種技能沒有什麼可以評論的地方，我這樣說會不會被群嘲？其實都是很簡單的東西（我每次都這麼說，可是我覺得簡單的東西我都沒有做好，我沒有毅力，沒有恒心，我擦，我這是在自我批評嗎？）一些工作上的細節，估計參考的國外成熟的條例等等，目前這方面國內是比較空白的，因為人們的意識方面還麼有到位，一個專職的營養師應該是很全面的人才，但是可能不是每個人都在餓的時候考慮吃什麼比較營養？前面的部份說的是營養狀況調查的指導（真正的調查估計可不會請公共營養師的）包括個人飲食狀況和群體飲食狀況，中間部份是各種可能的食物毒素，包括長期致癌的（這個貌似太多了，只說了常見），致命的（龍葵素等典型的）。書後面有提到公共食品安全事件的處理，這裡需要澄清的是：公共營養師是不負責處理此類事件的，這中事件屬於政府部門（質檢，工商，市容，食安辦）管理的。評論畢（其實只有最後一段是評論）

《公共营养师》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com