



كلية الإقتصاد المنزلي
كلية معتمدة من الهيئة القومية لضمان الجودة والاعتماد



وحدة القياس والتقويم



وحدة ضمان الجودة والاعتماد

الامتحان التحريري مقرر "السمنة و التحكم في الوزن"

	القسم العلمي/ التغذية وعلوم الاطعمة	الشعبة - الفرقة الدراسية / دبلوم غذائيات المستشفيات
	اسم المقرر / السمنة و التحكم في الوزن	كود المقرر / 51113
	العام الدراسي / ٢٠٢٣-٢٠٢٤	الفصل الدراسي / الأول
	التاريخ / الأحد ١٤ / ١ / ٢٠٢٤	زمن الامتحان/ ساعتان (١٢.٥ - ٢.٥ ظ)
	عدد الاسئلة / ٣	طريقة اجابة الامتحان / كراسة اجابة
	عدد اوراق الامتحان / ورقة واحدة	نوع الاسئلة / اجباري (مقالي)
	عدد الطلاب / ٧	الدرجة الكلية للامتحان / ٨٠ درجة
تعليمات خاصة بالامتحان : من فضلك اجب عن جميع الاسئلة في كراسة الاجابة		

(٣٠ درجة)

السؤال الأول:-

١. وضح بعض العادات الغذائية غير الصحية المسببة لحدوث السمنة نتيجة للتمدن التغذوي و التحضر الثقافي؟ (١٠ درجات)
٢. اذكر فوائد نظام الصيام المتقطع؟ و مع ذكر أضراره و فوائده في خفض الوزن؟ (١٠ درجات)
٣. تكلم عن تأثير حمية الكيتو في علاج السمنة و خفض الوزن؟ و كيفية تعديل محتواه من الدهون كميًا و نوعيًا؟ (١٠ درجات)

(٢٤ درجة)

السؤال الثاني:-

تكلم في نقاط واضحة و موجزة عما يلي:-

١. عرّف سنوات العمر المعدلة حسب الإعاقة.
٢. وضح الفرق بين الأنسجة الدهنية البيضاء والأنسجة الدهنية البنية.
٣. اشرح عملية تحلل الدهون عند إتباع حمية خفض الوزن.

(٢٦ درجة)

السؤال الثالث:-

١. تتعدد طرق علاج السمنة و منها العلاج بالاعشاب، وضح دور ثلاثة من الاعشاب في علاج السمنة.
٢. كيف يعمل شراب الليمون و العسل على انقاص الوزن؟ (٦ درجات)
٣. اذكر بعض الارشادات و القواعد الغذائية في تطوير العادات الغذائية للتخلص من السمنة و المحافظة على الوزن الصحي؟ (٨ درجات)

- انتهت الأسئلة -

مع تمنياتنا بالتوفيق والنجاح

أ.د/ ألفت محمود نصار أ.د/ مى عبد الخالق غريب أ.م.د/ نزيهه خليل د/ أسماء جمال

م.د/ الزامل

أ.د/