

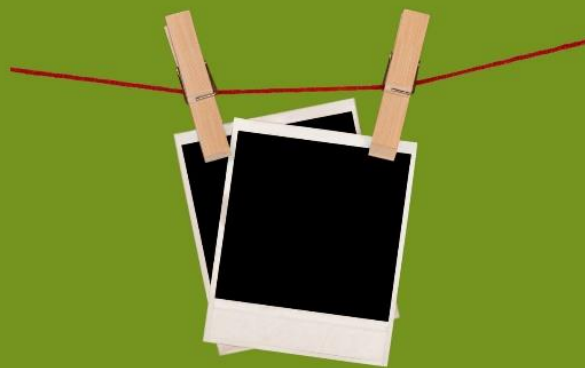
# 1.MEDİPOL BESLENME VE DİYETETİK ÖĞRENCİ BİLİM ŞENLİĞİ

*Online*

5-6 Temmuz 2021



SUNUM KİTAPÇIĞI





**İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ**  
**SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**  
**BESLENME VE DİYETETİK BÖLÜMÜ**

# **İÇİNDEKİLER**

<b>AÇILIŞ KONUŞMALAR</b>	6
<b>Akademik Danışmanlar</b>	10
<b>Düzenleme Kurulu</b>	10
<b>Bilimsel Kurul</b>	10
<b>PROGRAM AKIŞI</b>	11
<b>SUNUM ÖZETLERİ</b>	14
- COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE OBEZİTEYE EĞİLİMİN DEĞERLENDİRİLMESİ Beyza TAĞRAF – Dr. Öğr. Üyesi Hande ÇEKİCİ BAKIRHAN – Prof. Dr. Gülgün ERSOY	15
- COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE TİP-1 DİYABETLİ BİREYLERDE DEĞİŞEN BESLENME VE FİZİKSEL AKTİVİTE DURUMLARININ İNCELENMESİ Elif TOPRAK – Öğr. Gör. Fatmanur ÖZYÜREK	17
- COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE ADÖLESANLARDA STRES SEVİYESİ VE BESLENMELERİNDE MEYDANA GELEN DEĞİŞİKLİKLERİN SAPTANMASI Duygu ATMACA – Arş. Gör. Hazal DİŞLİTAŞ	18
- YENİ KORONAVİRÜS SALGINI NEDENİYLE DEĞİŞEN İŞ HAYATI KOŞULLARINDA HİZMET VEREN BELEDİYE ÇALIŞANLARININ PSİKOSOSYAL, BESLENME, UYKU VE FİZİKSEL AKTİVİTELERİNİN İNCELENMESİ Büşranur DELİCE – Dr. Öğr. Üyesi Neda YOUSEFİRAD	19
- BİREYLERİN YEME DAVRANIŞININ DİYET KALİTESİNE OLAN ETKİSİ Ferdağ İpek KILIÇ – Öğr. Gör. Halime UĞUR	20
- DİYETİSYENE BAŞVURAN YETİŞKİN BİREYLERDE TIKINIRCASINA YEME BOZUKLUĞUNUN SAPTANMASI VE HEDONİK AÇLIK, OBEZİTE, BESLENME ALIŞKANLIKLARI İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ Safiye Hümevra KARATEPE – Arş. Gör. İdil ALPAT	21
- GLUTENSİZ BESLENEN HASTA VE SAĞLIKLI YETİŞKİNLERİN BESLENME ALIŞKANLIKLARININ VE KAYGI DÜZEYLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ Aişe Şura BEKTAŞ – Dr. Öğr. Üyesi R. İclal ÖZTÜRK	22
- YETİŞKİN BİREYLERİN FONKSİYONEL BESİNLERE YÖNELİK BİLGİ DÜZEYLERİ, FARKINDALIKLARI VE TÜKETİM SIKLIKLARININ ARAŞTIRILMASI Refia GÜNER – Öğr. Gör. Merve PEHLİVAN	23
- DOWN SENDROMLU ÇOCUKLARIN BESLENME DURUMLARI VE ANNELERİN BESLENME, BİLGİ, TUTUM VE DAVRANIŞLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ Zeynep KEPOĞLU – Öğr. Gör. F. Elif SEZER	24
- 112 ACİL SAĞLIK HİZMETLERİ PERSONELLERİNDE UYKU KALİTESİNİN, NÖBET SÜRECİNİN VE TÜKENMİŞLİK DURUMLARININ DİYET KALİTESİ VE DİYET UYUMU İLE ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ Gamze YAŞAR – Dr. Öğr. Üyesi Hande ÇEKİCİ BAKIRHAN	25
<b>FİRMA TANITIM SUNUMLARI (Alfabetik Sıralama)</b>	27
<b>ABBOTT</b>	28

<b>BARİVİTAL</b> .....	29
<b>BEBİS</b> .....	30
<b>NESTLE</b> .....	31
<b>NUTRİCİA</b> .....	32
<b>SABRİ ÜLKER VAKFI</b> .....	33
<b>TARTI MEDİKAL</b> .....	34
<b>YEMEK 365</b> .....	35
<b>ZADE VİTAL</b> .....	36



### **Sevgili Öğrencilerimiz,**

Bugün sevinçli bir gün... İstanbul Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü öğrencileri tarafından bu yıl ilki düzenlenen **"1. Medipol Beslenme ve Diyetetik Öğrenci Bilim Şenliği"**ni gerçekleştirmenin mutluluğunu yaşıyoruz, bilim şenliğimize hoş geldiniz...

Bölümümüz, vizyonu ve misyonu doğrultusunda kurulduğu günden bugüne, diyetisyen yetiştirmenin yanı sıra bilimsel ve sosyokültürel aktiviteler ile ilgili gerekli sorumlulukları da üstlenmektedir.

Her şey öğrencilerimizin bu toplantıyı düşünmesiyle başladı, iyi ki de bu düşüncenin peşinden gittiniz ve iyi ki de bu değerli aktiviteyi gerçekleştirdik. Eğitim ve sosyo kültürel etkinlikler adına atılan her bir adım, sizlerin geleceğini şekillendirir. Siz değerli gençlerimiz, gelecek adına bizlerin umudusunuz...

Genel olarak tanımlandığında araştırma yapmak, Beslenme ve Diyetetik lisans eğitimi için değerli bir uygulamadır. Temel düzeyde bile olsa, öğrencilerimizi araştırmalara katmak, bilginin pasif olarak edinilmediğini, sürekli oluşturulan, tartışılan ve yeniden formüle edilen bir şey olduğunu anlamalarına yardımcı olur. "Mezuniyet Projesi" dersi kapsamında son sınıf

öğrencilerimizi araştırma projeleri yürütmeleri ve sonuçları bölgesel, ulusal veya uluslararası platformlarda sunmaları için teşvik ediyoruz.

Dünyamız daha önce görülmemiş bir pandemi süreci yaşıyor. Diyetisyenlik mesleği ve beslenmenin giderek önem kazandığı bu dönemde diyetisyenler; araştırmalar yapıyor, toplumu bilgilendiriyor, tıbbi beslenme tedavisi hizmeti veriyorlar.

Seçkin ve güncel konuların sunulduğu, çeşitli etkinliklerin yer aldığı bu şenliğin siz öğrenciler tarafından düzenlenmesi ve katılımızın önemli olduğuna inanıyoruz. Bu gibi etkinliklerle öğrencilerimiz öncelikle, Beslenme ve Diyetetik alanındaki son gelişmelere katkıda bulunma ve bunları öğrenme fırsatı bulacak, liderlik ve bilimsel doğruları savunabilme becerilerini geliştireceklerdir. Ayrıca araştırma verileri hakkında açık ve anlamlı bir şekilde nasıl konuşacağını öğrenecek ve diğer öğrencilerimize değerli bilgiler aktaracaklardır.

Bu etkinlikte son sınıf öğrencilerimiz; akademik danışmanları denetiminde yürüttükleri güncel konulardan oluşan mezuniyet tez çalışmalarını, yapmış oldukları çeşitli bilimsel aktivitelerini sunacaktır. Ayrıca düzenlemiş olduğumuz “Hayatın İçinde Beslenme” fotoğraf yarışmasında ödül alan ve sergilenmeye hak kazanan fotoğraf görsellerinin sunumu ve öğrencilerimizin müzik dinletileri de etkinliğimizi zenginleştirecek ve renklendirecektir.

Çeşitli sektör temsilcileri de güncel bilimsel bilgileri takip edebilmek ve katkı sağlayabilmek amacıyla Bilim Şenliğimize katılarak, şenliğimizin sektör konuşmacıları olacaktır.

Öğrencilerimizin fotoğraf ve müzik becerileri yanı sıra akademik başarılarını da sergileyen çeşitli sunumlar yaptıkları Bilim şenliğimizin, öğrencilerimize hem akademik hem de sosyal ve kültürel açıdan katkıda bulunacağını umut ediyoruz.

Bugünün gerçekleşmesini sağlayan düzenleme kuruluna, bilimsel kurula ve akademik danışmanlara çok teşekkür ediyorum. Onlar bu programı hayata geçirmek, öğrencilerimizi bir araya getirmek için çok çalıştılar. Katılım ve katkılarından dolayı sektör temsilcilerine de çok teşekkür ediyorum.

İyi zaman geçirmenizi, verimli ve başarılı bir bilim şenliği olmasını diliyor, hepinizi sevgiyle kucaklıyorum.

**Prof. Dr. Gülgün Ersoy**

**İstanbul Medipol Üniversitesi**

**Beslenme ve Diyetetik Bölüm Başkanı**



### **Değerli Arkadaşlarım ve Hocalarım;**

İstanbul Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü öğrencileri tarafından, bu yıl ilki düzenlenen **“1.Medipol Beslenme ve Diyetetik Öğrenci Bilim Şenliği”**ni gerçekleştirmenin heyecanını yaşıyoruz, bilim şenliğimize hoş geldiniz...

Hepimizin bildiği gibi sağlığın korunması, hastalıkların önlenme ve tedavisinde beslenme, başı çeken faktörlerdendir. Beslenmeden yaşam olanaksız olduğu gibi, sağlıklı beslenme yaşam kalitesini artırmaktadır. Bu özelliği ile beslenme bilimi, her gün beslenmek zorunda olan bizleri ve sektörlerin çoğunu doğrudan ve dolaylı olarak ilgilendirmektedir. Diyetisyenlerin ve bu alandaki bilim insanlarının edindiği bilgileri ve deneyimlerini topluma iletmesi, çevresine taşıması çok önemlidir. Bunun yanında araştırma yapmak, diyetisyenlerin mesleğinin büyük ve önemli bir parçasını oluşturmaktadır.

Öğrenci Bilim şenliğimizde “Mezuniyet Projesi” dersi kapsamında yaptığımız araştırmalarımızı ve projelerimizin sonuçlarını bölgesel, ulusal veya uluslararası platformlarda hocalarımızın öncülüğünde sunum yaparak paylaşacağız. Bunun yanı sıra sanayiye danışmanlık yapmak, iş birliği imkanlarını artırmak, projeler ve mevcut Ar-Ge çalışmaları hakkında bilgi sahibi olmak, iş dünyasının yetkilileri ile iletişim imkânı sağlamak ve sektörde diyetisyenlerin önemini vurgulamak amacıyla dış paydaşlara da yer verildi.

Bilim şenliğimizin renklendirilmesinde fotoğraf yarışması sunumları ve müzik dinletisinin yanı sıra akademik başarılarımızı da sergileyen çeşitli sunumlar yapacağız. Sınıf arkadaşlarıma emeklerinden, katılım ve katkılarından dolayı teşekkür ediyorum, ayrıca sektör temsilcilerine de çok teşekkürlerimizi sunuyorum.

Bilim şenliğimizin, biz diyetisyen adaylarının liderlik ve bilimsel doğruları savunabilme becerilerini geliştirebileceğine ve bölümümüzdeki diğer öğrencilerin diyetisyen olma yolunda yeni bilgiler edinebileceğine inanıyoruz.

Doğru bilginin verilmesi ve ileriye aktarılması çok önemlidir diyerek, bu toplantının bütün öğrenciler adına yararlı olmasını diliyorum...

**Öğrenci Temsilcisi**

**Elif HARPUTLUOĞLU**

**İstanbul Medipol Üniversitesi**

**Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü**



# KURULLAR

## **AKADEMİK DANIŞMANLAR**

**Prof. Dr. Gülgün ERSOY**

**Dr. Öğr. Üyesi Neda YOUSEFIRAD**

**Öğr. Gör. Volkan ÖZKAYA**

**Arş. Gör. Hazal DİŞLİTAŞ**

**Arş. Gör. Merve GÜNEY**

## **DÜZENLEME KURULU**

**Berçem İNCİ**

**Beyza ASLAN**

**Elif HARPOTLUOĞLU**

**İrem DUR**

**Merve Beyza TEKE**

**Yaren KUŞKULU**

**Zeynep KEPOĞLU**

## **BİLİMSEL KURUL**

**Prof. Dr. Gülgün ERSOY**

**Doç. Dr. Nihal BÜYÜKUSLU**

**Dr. Öğr. Üyesi R. İclal ÖZTÜRK**

**Dr. Öğr. Üyesi Neda YOUSEFIRAD**

**Dr. Öğr. Üyesi Hande ÇEKİCİ BAKIRHAN**

**Öğr. Gör. Volkan ÖZKAYA**

**Öğr. Gör. F. Elif SEZER**

**Öğr. Gör. Merve PEHLİVAN**

**Öğr. Gör. Fatmanur ÖZYÜREK**

**Arş. Gör. İdil ALPAT**

**Arş. Gör. Hazal DİŞLİTAŞ**

**Arş. Gör. Merve GÜNEY**

# PROGRAM AKIŞI

5 TEMMUZ 2021 PAZARTESİ	
10:00 – 10:30	AÇILIŞ KONUŞMALARİ (Prof. Dr. Gülgün ERSOY) (Öğrenci Temsilcisi Elif HARPUTLUOĞLU)
10:30 – 10:45	COVID-19 Pandemi Sürecinde Obeziteye Eğilimin Değerlendirilmesi Beyza TAĞRAF
10:45 – 11:00	Covid-19 Pandemi Sürecinde Tip-1 Diyabetli Bireylerde Değişen Beslenme ve Fiziksel Aktivite Durumlarının İncelenmesi Elif TOPRAK
11:00 – 11:30	“Hayatın İçinde Beslenme Fotoğraf Yarışması” Sergisi ve Ödüllü Fotoğrafların Sunumu Zeynep Kepoğlu (4. Sınıf Öğrencisi) 
11:30 – 11:45	Covid-19 Pandemi Sürecinde Adölesanlarda Stres Seviyesi ve Beslenmelerinde Meydana Gelen Değişikliklerin Saptanması Duygu ATMACA
11:45 – 12:00	Yeni Koronavirüs Salgını Nedeniyle Değişen İş Hayatı Koşullarında Hizmet Veren Belediye Çalışanlarının Psikososyal, Beslenme, Uyku ve Fiziksel Aktivitelerinin İncelenmesi Büşranur DELİCE
12:00 – 12:15	Bireylerin Yeme Davranışlarının Diyet Kalitesine Etkisinin Belirlenmesi Ferdağ İpek KILIÇ
12:15 – 13:15	Beslenme ve Diyetetik Öğrencilerinden Müzik Dinletisi Zehra TOY (4. Sınıf Öğrencisi)  İsmet Türker HAYTA (4. Sınıf Öğrencisi)
13:15 – 13:30	Diyetisyene Başvuran Yetişkin Bireylerde Tıkınırcasına Yeme Bozukluğunun Saptanması ve Hedonik Açlık, Obezite, Beslenme Alışkanlıkları ile İlişkinin İncelenmesi Safiye Hümevra KARATEPE
13:30 – 13:45	Glutensiz Beslenen Hasta ve Sağlıklı Yetişkinlerin Beslenme Alışkanlıklarının ve Kaygı Düzeylerinin Değerlendirilmesi Aişe Şura BEKTAŞ
13:45 – 14:00	Yetişkin Bireylerin Fonksiyonel Besinlere Yönelik Bilgi Düzeyleri, Farkındalıkları ve Tüketim Sıklıklarının Araştırılması Refia GÜNER
14:00 – 14:30	Kuruluşumuzdan Bugüne Aktivitelerimizin Sunumu 2010 - ∞ 
14:30 – 14:45	Down Sendromlu Çocukların Beslenme Durumları ve Annelerin Beslenme, Bilgi, Tutum ve Davranışlarının Değerlendirilmesi Zeynep KEPOĞLU
14:45 – 15:00	112 Acil Sağlık Hizmetleri Personellerinde Uyku Kalitesinin, Nöbet Sürecinin ve Tükenmişlik Durumlarının Diyet Kalitesi ve Diyet Uyumu ile Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi Gamze YAŞAR

**6 TEMMUZ 2021 SALI**

<b>11:00 – 14:45</b>	<b>FİRMA TANITIM SUNUMLARI (Alfabetik sıralama)</b>	
<b>11:00 – 11:15</b>	<b>Abbott</b>	
<b>11:15 – 11:30</b>	<b>Barivital</b>	
<b>11:30 – 11:45</b>	<b>Bebis</b>	
<b>11:45 – 12:00</b>	<b>Nestle</b>	
<b>12:00 – 13:30</b>	<b>ÖĞLE ARASI</b>	
<b>13:30 – 13:45</b>	<b>Nutricia</b>	
<b>13:45 – 14:00</b>	<b>Sabri Ülker</b>	
<b>14:00 – 14:15</b>	<b>Tartı Medikal</b>	
<b>14:15 – 14:30</b>	<b>Yemek 365</b>	
<b>14:30 – 14:45</b>	<b>Zade Vital</b>	
<b>14:45 – 16:30</b>	<b>ÖĞRENCİLERİMİZİN AKTİVİTELERİ</b>	
<b>14:45 – 15:00</b>	<b>Erasmus+ ve Gönüllülük Projeleri</b>	<b>Gamze IŞIK</b> (4. Sınıf öğrencisi)
<b>15:00 – 15:15</b>	<b>Teknoloji ve Araştırma Alanlarında Futuristik Bakış Açısı: TÜBİTAK ve Teknoparklar</b>	<b>Havvanur SOLHAN</b> (4. Sınıf öğrencisi)
<b>15:15 – 15:30</b>	<b>İngiltere'de Dil Eğitimi ve Staj</b>	<b>Nilüfer ÖZBEY</b> (4. Sınıf öğrencisi)
<b>15:30 – 15:45</b>	<b>Hayallerinize Giden Yolda 3U Formülü</b>	<b>Ebrar TURSUN</b> (3. Sınıf öğrencisi)
<b>15:45 – 16:00</b>	<b>Erasmus: Bir Hollanda Serüveni</b>	<b>Seray TEKİN</b> (4. Sınıf öğrencisi)
<b>16:00 – 16:15</b>	<b>Spor Aktiviteleri</b>	<b>Ayça GÜRSOY</b> (4. Sınıf öğrencisi)
<b>16:15 – 16:30</b>	<b>TÜBİTAK 2209 A Projesi Nasıl Hazırlanır?</b>	<b>Gizem ŞANLI</b> (2. Sınıf öğrencisi)

# SUNUM ÖZETLERİ



**Beyza TAĞRAF**

**Dr. Öğr. Üyesi Hande ÇEKİCİ BAKIRHAN**

**Prof. Dr. Gülgün ERSOY**

### **COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE OBEZİTEYE EĞİLİMİN DEĞERLENDİRİLMESİ**

**Giriş:** COVID-19 yeni bir virüs türünün yol açtığı ateş, kuru öksürük, kas ağrısı ve nefes darlığı gibi semptomlarla seyreden solunum

yolunu tutan bulaşıcı bir hastalıktır. Obezite COVID-19 seyrinde önemli bir risk faktörüdür. Obezite nedeniyle hastalık şiddetinin ve mekanik ventilasyona bağlanma gibi komplikasyonların ve mortalite oranının arttığı, hastanede kalış süresinin uzadığı bildirilmektedir.

**Amaç:** Bu çalışma; Covid-19 pandemi sürecinde yetişkinlerde BKİ ve bel çevresi değişimleri incelenerek, obeziteye eğilimi incelemek amacıyla oluşturulmuştur.

**Gereç ve Yöntem:** Bu kesitsel çalışma, Mayıs-Haziran 2021 tarihleri arasında Türkiye genelinde yaşları 18-65 yıl olan, toplam 725 gönüllü yetişkin üzerinde online anket gönderme tekniği ile yürütülmüştür. Bu çalışmada obezite ile ilişkili antropometrik ölçümler olan; boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve bel ölçüsü sorgulanmıştır. Elde edilen bulguları değerlendirmek için SPSS programı kullanılmış, gruplar arası dağılımın anlamlılığına Fisher'ın kare testi ile bakılmıştır. Sonuçlar %95 güven aralığında,  $p < 0.05$  anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

**Bulgular:** Pandemi öncesi zayıf olan katılımcıların %27,8'inin pandemi döneminde vücut ağırlığının arttığı, BKİ sınıflamasında normal kategorisine, normal olan katılımcıların %14,4'ünün ağırlık kazanımı sebebiyle preobez kategorisine geçtiği görülmüştür. Pandemi öncesi BKİ ve bel çevresi değerleri ile pandemi dönemindeki değerler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p < 0,05$ ). Pandemi öncesi preobez olanların %8,5'inin ağırlık kazanarak obez kategorisine, obez olanların %2,1'inin ise ağırlık kazanarak süperobez kategorisine geçtiği görülmüştür. Pandemi öncesi süperobez sınıfında olanların tamamı pandemi sürecinde de bu özelliklerini sürdürmüştür. Pandemi öncesi bel çevresi ölçümleri risk grubunda olanların %25,4'ünün yüksek risk kategorisine, metabolik risk sınıflamasında normal kategoride olan katılımcıların %7,3'ünün risk grubuna, %0,9'unun ise yüksek risk grubuna

geçtiği görölmüştür ( $p<0,05$ ). Katılımcıların %69,8'inin fiziksel aktivite düzeyinin azaldığı belirlenmiştir.

**Sonuç ve öneriler:** Çalışma bulguları, pandemi sürecinde bireylerin obeziteye yatkın hale geldiğini, obezitenin Covid-19 hastalığı için bir risk faktörü olması nedeniyle, bireylerin ideal vücut ağırlığına ulaşmasının veya korumalarının önemli olduğu sonucuna varılmıştır.

**Anahtar kelimeler:** Covid-19 hastalığı, Bel çevresi, BKİ, Obezite





**Elif TOPRAK**

**Öğr. Gör. Fatmanur ÖZYÜREK**

**COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE TIP-1 DİYABETLİ BİREYLERDE DEĞİŞEN BESLENME VE FİZİKSEL AKTİVİTE DURUMLARININ İNCELENMESİ**

**Giriş:** Yaşanan Covid-19 pandemisi süresince, kronik bir hastalık olan

diyabet yönetimi oldukça önemlidir. Evde geçirilen sürenin artması ve karantina sürecinin beraberinde getirdiği yaşam tarzı değişiklikleri bireylerin hayatlarına yansımıştır.

**Amaç:** Covid-19 pandemisi sürecinde tip-1 diyabetli bireylerin kan glukozu regülasyonunun sağlanmasında değişen yaşam tarzı alışkanları kapsamında beslenme ve fiziksel aktivite durumlarının araştırılmasıdır.

**Gereç ve Yöntem:** Araştırmaya, Mart-Nisan 2021 tarihleri arasında, 15-50 yaş aralığında, 201 tip-1 diyabetli birey dahil edilmiştir. Araştırma verileri bireylerin tanımlayıcı bilgileri, diyabete ilişkin özellikleri, karantina öncesi ve karantina sırasındaki antropometrik ölçümleri ve besin tüketim sıklıkları Google forms aracılığı ile elde edilmiştir.

**Bulgular:** Yapılan değerlendirmeler sonucunda bireylerin karantina sonrası vücut ağırlıklarında karantina öncesine göre anlamlı bir farklılık bulunurken ( $p<0,01$ ), CHO tüketimindeki artış veya azalışın HbA1c değerleri üzerinde bir etkisi olmamıştır. CHO sayımı yapan ve yapmayan bireylerin HbA1c değerleri arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür ( $p<0,05$ ). Bununla birlikte bireylerin karantina öncesi ve sırasında ekmek tüketim sıklıklarında anlamlı bir değişim gözlenirken ( $p<0,05$ ) kullandıkları günlük toplam insülin dozundaki artış anlamlılık göstermemektedir. Çalışma sonucunda bireylerin karantina sürecinde uyku düzenlerinin bozulduğu, karantina öncesine kıyasla uyku sürelerinin ve ekrana bakma sürelerinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Kadınların uyku sürelerinde erkeklerinkine kıyasla daha fazla bir artış gözlenmiştir ( $p<0,01$ ).

**Sonuç:** Çalışma bulguları kan şekeri regülasyonunu sağlamak için; düzenli kan şekeri ölçümü yapan, CHO sayımı yöntemine göre yeterli miktarda insülin uygulayan, düzenli egzersiz yapan tip-1 diyabetli bireylerin HbA1c ortalamalarını hedef aralıkta tutabileceğini ve kaliteli bir ömür sürebileceklerini göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Covid-19 pandemisi, Diyabet yönetimi, Karantina, Tip-1 diyabet, Yaşam tarzı değişiklikleri



**Duygu ATMACA**

**Arş. Gör. Hazal DİŞLİTAŞ**

**COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE ADÖLESANLARDA STRES SEVİYESİ VE BESLENMELERİNDE MEYDANA GELEN DEĞİŞİKLİKLERİN SAPTANMASI**

**Giriş:** Covid-19 pandemisi Türkiye dahil olmak üzere neredeyse tüm ülkeleri etkilemiştir. Sağlık riski hakkındaki belirsizlikler ve

artan mali kayıplar, adölesanların stres yüklerini arttırabilir ve beslenme profillerini, özellikle de kötü beslenme alışkanlıkları edinmeye oldukça yatkın olan adölesanları etkileyebilir. Adölesanların artmış stres düzeyleri ve yetersiz beslenme alışkanlıkları obezite, diyabet, kardiyovasküler hastalıklar vb. gibi hastalıkların risklerini artırabilir.

**Amaç:** Bu çalışmada amacımız, Covid-19 pandemisi sırasında 10 ila 19 yaş arasındaki adölesanlarda meydana gelen stres ve beslenme değişikliklerini saptamaktır.

**Metot:** Veriler, 2020-2021 eğitim ve öğretim yılı Muğla ili Fethiye ilçesindeki Fethiye Ortaokulu ve Fethiye Şehit Feramil Ferhat Kaya Ortaokulu'nda öğrenim görmekte olan 10-19 yaş arası 137 adölesandan çevrimiçi bir anket yoluyla toplanmıştır.

**Bulgular:** Bulgular, Covid-19 pandemisinin stres ve beslenme alışkanlıklarını etkilediğini göstermektedir. Özellikle adölesanların stres seviyelerinin cinsiyet, annenin eğitim düzeyi, babanın eğitim düzeyi, belirtilen ekonomik durum, belirtilen ders durumu ve spor yapma sıklığı değişkenlerine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Ayrıca adölesanların pandemi öncesi ve pandemi süresince öğün atlama durumlarında babanın eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

**Sonuç:** Covid-19 pandemisi sırasında stres ve beslenme davranışını anlamak, halk sağlığı yetkililerinin, yeni pandemiler geldiğinde ve karantina politikaları uygulandığında adölesanlar için stresle baş etme ve sağlıklı beslenme önerileriyle ilgili gelecekteki politikaların tasarlamasına yardımcı olacaktır.

**Anahtar Kelimeler:** Adölesan, Beslenme, Covid-19, Stres



**Büşranur DELİCE**

**Dr. Öğr. Üyesi Neda YOUSEFIRAD**

**YENİ KORONAVİRÜS SALGINI NEDENİYLE DEĞİŞEN İŞ HAYATI KOŞULLARINDA HİZMET VEREN BELEDİYE ÇALIŞANLARININ PSİKOSOSYAL, BESLENME, UYKU VE FİZİKSEL AKTİVİTELERİNİN İNCELENMESİ**

**Giriş:** COVID-19 salgını kapsamında çalışan bireylerin yeni iş modellerine geçmesi, sosyal kısıtlamalar, karantina uygulamaları gibi alınan önlemler yaşam tarzlarında radikal değişiklikler meydana getirmiştir. Bu değişikliklerin çalışanların beslenme alışkanlıkları, fiziksel aktivite düzeyi, uyku düzeni ve psikososyal durumunu etkilediği bilimsel çalışmalarda gösterilmiştir.

**Amaç:** Bu çalışmada, belediyede COVID-19 salgını nedeniyle değişen iş hayatı koşullarında hizmet veren bireylerin psikososyal, beslenme, uyku ve fiziksel aktivite durumlarının incelenmesi amaçlanmıştır.

**Gereç ve Yöntem:** Çalışmamıza 18-65 yaş aralığında %75'i erkek, %25'i kadın olmak üzere iki farklı belediye kurumunda hizmet veren 220 çalışan dahil edilmiştir. Araştırma yüz yüze görüşme yöntemi ile anket formu kullanılarak yürütülmüştür. Anket formunda "Koronavirüs-19 Fobisi (CP19-S) Ölçeği" ve "Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi (IPAQ)" tercih edilmiştir. Çalışmamızdan elde edilen verilerin değerlendirilmesinde, istatistiksel analizler için SPSS 26.0 paket programı kullanılmıştır. Bulgular %95 güven aralığında,  $p < ,05$  anlamlılık düzeyinde değerlendirilerek rapor edilmiştir.

**Bulgular:** Katılımcıların yaş dağılımları ortalama  $39,08 \pm 8,67$  yıl olup en sık (%62,7) memur pozisyonunda çalışan bulunmaktadır. COVID-19 salgını sürecinde bireylerin BKİ değeri öncesine göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ( $p < ,05$ ). Koronavirüs-19 fobisi ölçeğinden alınan toplam puan ortalama  $51,08 \pm 14,47$  puan olarak tespit edilmiştir. "Yeterli ve dengeli beslenmek bağışıklık sistemini güçlendirerek hastalıklara karşı bizi korumaktadır." maddesine COVID-19 salgını sürecinde öncesine göre daha fazla oranda "Katılıyorum" yanıtı iletilmiştir. Katılımcıların büyük bir kısmının "inaktif" aktivite düzeyine sahip olduğu görülmektedir.

**Sonuç:** Çalışanların COVID-19 salgını nedeniyle yaşam tarzında çok-yönlü değişimler saptanmıştır. COVID-19 salgınının çalışan bireylerin yaşam tarzı üzerindeki etkileri hakkında bilgi sahibi olmak gelecekteki halk sağlığı politikalarının şekillendirilmesine yardımcı olabileceği düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Beslenme alışkanlıkları, COVID-19, Çalışanlar, Yaşam tarzı



**Ferdağ İpek KILIÇ**

**Öğr. Gör. Halime UĞUR**

### **BİREYLERİN YEME DAVRANIŞININ DİYET KALİTESİNE OLAN ETKİSİ**

**Giriş:** Bireyler besin alımını tetikleyen duyguları fark ettiğinde, yeme davranışı ve yiyecek seçimi konusunda daha doğru ve sağlıklı kararlar verebilmektedir. Bireyler sadece fiziksel açlık hissettiklerinde yeme eğilimi gösterebilirler.

**Amaç:** Çalışmanın amacı; bireylerin yeme davranışlarının diyet kalitesine olan etkisini belirlemektir.

**Gereç ve Yöntem:** Çalışma İstanbul il sınırları içerisinde yapılmıştır ve 18-65 yaş arası 436 birey gönüllülük esasına dayanarak katılmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin %62,6'sı kadın, %37,3 erkektir. Sorular anket formu aracılığıyla online olarak katılımcılara iletilmiştir. Bireylerin yeme davranışları Üç Faktörlü Yeme Anketiyle (TFEQ-R18) kısa formuyla belirlenmiştir. Veriler SPSS 21 programı kullanılarak analiz edilmiştir.

**Bulgular:** Çalışma sonucuna bakıldığında fiziksel aktivite yapma durumu bakımından Kontrolsüz yeme, duygusal yeme ve açlığa duyarlılık ölçekleri ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ( $p>0.05$ ). Kısıtlayıcı yeme test sonucu  $0,00<0,05$  olduğundan dolayı fiziksel aktivite yapma durumu bakımından kısıtlayıcı yeme sonuçlarının ortalaması arasında bir fark vardır. Kontrolsüz yeme, kısıtlayıcı yeme ve açlığa duyarlılık ölçeklerinin ortalamaları  $p<0.05$ ; BKİ sınıf faktörü bakımından bu ölçek ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır. Ancak Duygusal yeme test sonucuna bakıldığında  $0,11>0,05$  olduğundan dolayı BKİ sınıf faktörü bakımından duygusal yeme sonuçlarının ortalaması arasında fark yoktur.

**Sonuç:** Kadın bireylerin erkek bireylere göre; öğün atlayan bireylerin atlamayanlara göre; BKİ sınıflamasında obez kabul edilen bireylerin zayıf bireylere göre, Üç Faktörlü Yeme Anketi puanları olan kontrolsüz yemek yeme, bilinçli olarak yemek yeme, duygusal olarak yemek yeme ve açlığa duyarlılık puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bireylerin diyet kalitelerini arttırmaları için duygu durumlarını kontrol etmeleri, sağlıklı ve dengeli beslenme hakkında bilgilendirilmeli ve desteklenmelidir.

**Anahtar Kelimeler:** Bilişsel kısıtlama, Diyet kalitesi, Duygusal yeme, Üç faktörlü yeme anketi, Yeme davranışı



**Safiye Hümeyra KARATEPE**

**Arş. Gör. İdil ALPAT**

**DİYETİSYENE BAŞVURAN YETİŞKİN BİREYLERDE TIKINIRCASINA YEME BOZUKLUĞUNUN SAPTANMASI VE HEDONİK AÇLIK, OBEZİTE, BESLENME ALIŞKANLIKLARI İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

**Giriş:** TYB; belirli bir süre ve benzer koşullar altında çoğu insanın yiyebileceğinden daha fazla besin tüketme isteği ile ilişkilendirilen

aşırı yeme atakları ile tanımlanmaktadır.

**Amaç:** Bu çalışmanın amacı diyetisyene başvuran yetişkin bireylerde TYB'nin saptanması ve TYB'nin hedonik açlık, obezite, beslenme alışkanlıkları ile ilişkisinin incelenmesidir.

**Gereç ve Yöntem:** Çalışmaya 371'i kadın, 29'u erkek olan 400 yetişkin birey dahil edilmiştir. Anket formu danışanlara, diyetisyenler aracılığıyla, online anket yöntemi olan Google Forms üzerinden ulaştırılmıştır. Anket formunda kişisel bilgiler, hastalık öyküsü, beslenme durumuna ilişkin bilgiler ve 3 adet ölçek yer almaktadır. Bu ölçekler; BGÖ, BITE ve Fiziksel Aktivite Değerlendirme Aracı'dır.

**Bulgular:** Çalışmaya katılan bireylerin %92,8'i kadın, %7,2'si erkek olup bireylerin yaş ortalaması  $27,52 \pm 9,13$ 'tür. Kadınlarda hedonik açlık görülme oranının erkeklerden fazla olması istatistiksel olarak anlamlıdır ( $p < 0,05$ ). Katılımcıların %24'ünde TYB saptanmıştır. Kadınlarda BITE skor ortalamasının ve TYB bulunma oranının erkeklere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Ancak bu farklılık anlamlı değildir ( $p > 0,05$ ). TYB görülen grupta BKİ ortalaması TYB görülmeyen gruba göre fazladır ( $p < 0,01$ ). TYB görülen grupta fizyolojik ve psikolojik hastalık bulunma oranının TYB görülmeyen gruba göre daha fazla olduğu saptanmıştır. TYB ile hazır, şekerli, karbonhidrattan zengin besinlerin tüketimi arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ( $p < 0,01$ ). TYB görülen grupta hedonik açlık görülme oranı daha yüksek bulunmuştur ( $p < 0,01$ ).

**Sonuç:** Bu çalışmadan elde edilen verilere göre, diyetisyene başvuran bireylerin azımsanamayacak bir kısmında TYB görüldüğü ve TYB'nin obezite, hedonik açlık, beslenme alışkanlıkları ile ilişkisi olduğu saptanmıştır. Kesin sonuçlar için daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır.

**Anahtar kelimeler:** Beslenme, Hedonik açlık, Obezite, Tikinircasına yeme bozukluğu



**Aİşe Şura BEKTAŞ**

**Dr. Öğr. Üyesi R. İclal ÖZTÜRK**

**GLUTENSİZ BESLENEN HASTA VE SAĞLIKLI YETİŞKİMLERİN  
BESLENME ALIŞKANLIKLARININ VE KAYGI DÜZEYLERİNİN  
DEĞERLENDİRİLMESİ**

**Giriş:** Gluten; buğday, çavdar, arpa, yulaf gibi tahıllarda bulunan bir depo proteindir. Glutensiz diyetle yalnızca et, süt ve süt ürünleri,

sebze, meyve, kurubaklagil gibi glutensiz gıdalar ve/veya özel olarak glutensiz üretilmiş ürünler tüketilebilmektedir. Glutensiz beslenme; çölyak hastalığı, buğday alerjisi ve çölyak olmayan gluten duyarlılığında (glutene duyarlılığın geliştiği durumlarda) bir tedavi yöntemi olarak kullanılmaktadır. Ancak glutene karşı bir duyarlılığı olmadan, çeşitli nedenlerle glutensiz beslenen bireyler de bulunmaktadır.

**Amaç:** Bu çalışma, glutensiz beslenen hasta (glutene duyarlı) ve sağlıklı yetişkinlerin beslenme alışkanlıklarını ve kaygı düzeylerini değerlendirme amacıyla yürütülmüştür.

**Materyal ve Metot:** Çalışmaya 57 sağlıklı, 57 glutene duyarlı olmak üzere toplam 114 yetişkin dahil edilmiştir. Bireylerin 87'si kadın, 27'si erkektir. Katılımcılara online anket uygulanmıştır. Kaygı düzeylerinin ölçümü için Sürekli Kaygı Ölçeği kullanılmıştır. Sonuçlar "IBM SPSS Statistics 22" bilgisayar programı ile analiz edilmiştir. Bulgular: Hasta katılımcıların BKİ ortalaması (23,26±3,90 kg/m<sup>2</sup>), sağlıklı katılımcılardan (21,73±2,78 kg/m<sup>2</sup>) anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur (p<0,05). Sağlıklı katılımcılar hasta katılımcılardan daha sık sebze, meyve, glutensiz özel ürün ve pirinç, mısır, kinoa, chia tohumu, karabuğday vb. tüketmektedir. Kahvaltılık tereyağı, zeytinyağı, hindistan cevizi yağı vb. ve pekmez, reçel, bal, rafine şeker tüketimi ise hasta katılımcılarda, sağlıklı katılımcılardan daha sık bulunmuştur. Hasta katılımcıların yarısından çoğu günde 4-7 bardak, sağlıklı katılımcıların çoğu günde 8-12 bardak su tüketmektedir. Hasta ve sağlıklı katılımcıların çoğu öğün atlamaktadır. Sağlıklı katılımcıların sürekli kaygı puanı ortalaması 41,50±8,17 iken, hasta katılımcılarınki 48,78±9,74 olarak bulunmuştur.

**Sonuç:** Genel olarak sağlıklı katılımcılar daha sağlıklı bir beslenme tablosu oluştururken, hasta katılımcıların kaygı düzeyleri daha yüksek bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Beslenme alışkanlıkları, Gluten duyarlılığı, Glutensiz diyet, Kaygı, Sağlıklı



**Refia GÜNER**

**Öğr. Gör. Merve PEHLİVAN**

**YETİŞKİN BİREYLERİN FONKSİYONEL BESİNLERE YÖNELİK BİLGİ DÜZEYLERİ, FARKINDALIKLARI VE TÜKETİM SIKLIKLARININ ARAŞTIRILMASI**

**Giriş:** Fonksiyonel besinler; temel besin değerlerine artı olarak, bileşenlerinden birinin özel olarak yetiştirilmesi ile doğal olarak artırılan, sağlığı koruması amacıyla bileşenin yapısı değiştirilen veya bileşenin vücutta kullanılabilirliği artırılan, tüketen kişiye fayda sağlaması için içerisine herhangi bir bileşen eklenen veya zararlı etkisiyle herhangi bir bileşeni uzaklaştırılan besin gruplarıdır. Yeterli ve dengeli beslenmenin yanında fonksiyonel besinlerin düzenli tüketimi vücudu geliştirebilir, bazı kanser türlerinden, kardiyovasküler hastalıklardan koruyabilir ve osteoporoz riskini azaltabilir.

**Amaç:** Araştırma, 2020 Aralık- 2021 Ocak ayları arasında Türkiye kapsamında 18-65 yaş arası 135 kadın, 81 erkek toplamda 216 kişiyle yapılmıştır. Bireyin fonksiyonel besinlere yönelik bilgi düzeyleri, tutum ve tüketim sıklıklarını araştırmak amacıyla yapılmış bir çalışmadır.

**Metot:** Veriler anket yöntemiyle elde edilmiş, anket araştırmacı tarafından daha önceden yapılmış çalışmalardan seçilen sorularla oluşturulmuş ve katılımcılara online şekilde uygulanmıştır.

**Sonuç:** Araştırma sonucunda tüm katılımcıların %27,8'i fonksiyonel besin terimini daha önce duyduğunu, %72,2'si duymadığını belirtmiş ve bireylerin %58,8'i fonksiyonel besin kavramını pandemi sürecinde bu araştırma sayesinde duymuştur. "Fonksiyonel besin nedir?" sorusuna toplam katılımcıların %16,2'si yararlı katkı maddesi eklenmiş besinler, %9,7'si ekolojik besinler, %17,1'i takviye edici besinler, %0,5'i genetiği değiştirilmiş besinler şeklinde cevaplandırırken, geri kalan %56,5'lik kesim fonksiyonel besinlerin ne olduğunu bilmemektedir. Araştırmaya katılan bireylerin %71,8'i fonksiyonel besinleri tüketmektedir. Bireylerin "Fonksiyonel besin kullanmaktaki amacınız nedir?" sorusuna verdikleri yanıtlar sonucunda en yüksek oranı %50,5 ile sağlıklı ve zinde olmak, sağlığını korumak amacıyla seçeneği olmuştur. Fonksiyonel besinleri daha önce duyma durumu ile eğitim düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Fonksiyonel besin tüketim durumu ile daha önce fonksiyonel besinleri duyma arasında pozitif yönde güçlü bir ilişki bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Beslenme, Fonksiyonel besin, Sağlık, Tüketim



**Zeynep KEPOĞLU**

**Öğr. Gör. F. Elif SEZER**

**DOWN SENDROMLU ÇOCUKLARIN BESLENME DURUMLARI VE ANNELERİN BESLENME, BİLGİ, TUTUM VE DAVRANIŞLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ**

**Giriş:** Down Sendromu, en yaygın kromozom anomalisidir ve bu sendromda obezite yaygındır.

**Amaç:** 7-14 yaş arası Down Sendromlu çocukların beslenmelerini, annelerinin beslenme sürecindeki tutumlarını ve beslenme bilgi düzeylerini değerlendirmek amacıyla gerçekleştirilmiştir.

**Metot:** 7-14 yaşlarındaki Down Sendromlu 30 çocuk ve anneleriyle gerçekleştirilmiştir. Çocuklara ve ailelerine ilişkin demografik özellikler, antropometrik ölçümler, çocukların beslenme alışkanlıkları, besin tüketim kaydı ve besin tüketim sıklıklarını içeren bir anket formu aracılığıyla yüz yüze elde edilmiştir. Annelerin beslenme sürecindeki tutumları için Beslenme Süreci Anne Tutumları Ölçeği, beslenme bilgi düzeyleri için Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği kullanılmıştır. Çocukların günlük enerji ve besin ögesi alımları değerlendirilmiştir.

**Bulgular:** Çocukların %50,0'sinin normal kilosunda, %26,7'sinin hafif şişman ve %23,3'ünün şişman olduğu saptanmıştır. Çocukların yarısının öğün atladığı ve atladıkları öğünün ise öğle öğünü olduğu belirtilmiştir. Öğün atlama nedeninin çoğunlukla (%40,0) zaman yetersizliği olduğu belirtilmiştir. Her çocuğun en az bir ara öğün yaptığı saptanmıştır. Annelerin beslenme bilgi düzeyleri ile çocukların VKİ değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ( $p>0,05$ ). Annelerin beslenme bilgi düzeylerinin temel beslenme kategorisinde çoğunlukla (%83,3) orta düzeyde ve besin tercihi kategorisinde çoğunlukla (%63,3) orta düzeyde bilgi sahibi olduğu görülmüştür. 7-10 yaş grubunda Down Sendromlu çocuğu olan annelerin öğün sırasındaki negatif duygu durumunu daha çok yaşadığı saptanmıştır ( $p<0,05$ ).

**Sonuç:** Ailelere verilecek beslenme eğitimi ile Down Sendromlu çocukların ileride yaşayacağı kilo problemlerinin önüne geçilebilir. Bu alanda daha fazla çalışılmasına ihtiyaç vardır. Çocukların ve ailelerin diyetisyen kontrolünde olmaları kilo problemleri yaşadıkları için değil, sağlıklı ve düzenli beslenmeyi yaşam tarzı haline getirmeleri için faydalı olabilir.

**Anahtar kelimeler:** Beslenme, Beslenme bilgisi, Down sendromu





**Gamze YAŞAR**

**Dr. Öğr. Üye. Hande ÇEKİCİ BAKIRHAN**

**112 ACİL SAĞLIK HİZMETLERİ PERSONELLERİNDE UYKU KALİTESİNİN, NÖBET SÜRECİNİN VE TÜKENMİŞLİK DURUMLARININ DİYET KALİTESİ VE DİYET UYUMU İLE ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ**

**Giriş:** Sağlık personellerinde nöbet sürecinin beslenme düzenini ve alışkanlıklarını olumsuz şekilde etkileyebileceği düşünülmektedir.

**Amaç:** Bu araştırma, 112 acil sağlık çalışanlarında nöbet süreci, uyku kalitesi ve tükenmişlik durumlarının diyet kalitesi ve beslenme durumuna olan etkisinin saptanması ve aralarındaki ilişkinin değerlendirilmesi amacıyla yapılmaktadır.

**Materyal ve Metot:** Bu çalışma, Ocak-Mart 2021 tarihleri arasında yaşları 21-47 arasında değişen sağlık çalışanları (n=91) üzerinde yürütülmüştür. Online anket formu ile bireylerin beslenme durumları, fiziksel aktivite düzeyi, diyet ve uyku kaliteleri ve tükenmişlik durumları değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular IBM SPSS Statistics 26 programı ile analiz edilmiştir.

**Bulgular:** Bireylerin %49,5'inin diyet kalitesi kötü, %50,5'inin ise orta düzeydedir ve ortalama diyet kalitesi puanı  $5,4 \pm 1,62$  olup cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır ( $p > 0,05$ ). Akdeniz diyeti toplam skoru ile uyku kalitesi, tükenmişlik durumu ve beden kütle indeksi arasındaki korelasyon incelendiğinde; sadece duygusal tükenme skoru ile arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ( $r=0,377$ ,  $p=0,0002$ ). Enerji ve besin ögesi alımları değerlendirildiğinde; nöbet gününde nöbet olmayan güne göre daha yüksek enerji ( $1361,7 \pm 342,76$  ve  $1119,7 \pm 445,83$  kkal/gün), karbonhidrat ( $132,3 \pm 45,50$  g ve  $110,6 \pm 52,32$  g), protein ( $63,6 \pm 20,41$  g ve  $50,3 \pm 21,81$  g), yağ ( $62,3 \pm 22,63$  g ve  $52,1 \pm 23,92$  g), kolesterol ( $404,4 \pm 268,27$  mg ve  $279,5 \pm 231,56$  mg), sodyum ( $3078,4 \pm 1310,19$  mg ve  $2455,8 \pm 1416,24$  mg), fosfor ( $825,4 \pm 268,76$  mg ve  $715,3 \pm 310,40$  mg), demir ( $8,6 \pm 3,00$  mg ve  $6,9 \pm 3,12$  mg) ve çinko ( $9,6 \pm 3,47$  mg ve  $7,7 \pm 4,18$  mg) alımı olduğu saptanmıştır ( $p < 0,001$ ). Nöbet gününde gereksinimi karşılama yüzdesi %100'ün altında kalan besin ögeleri; kalsiyum, folik asit, potasyum, demir, magnezyum, riboflavin, tiamin, A-C-E ve B6 vitamini ve posadır. Nöbet gününde gereksinimi karşılama yüzdesi %100'ün üzerinde olan besin ögeleri protein, yağ, sodyum, fosfor ve çinko iken, nöbet olmayan günde ise C vitamini, sodyum ve fosfordur.

**Sonuç ve öneriler:** Çalışma bulguları nöbet sürecinin beslenme durumunu olumsuz yönde etkilediğini göstermektedir. Nöbet usulü çalışan sağlık personellerinde sağlıklı beslenme düzeninin oluşturulması elzemdir.

**Anahtar kelimeler:** Akdeniz diyeti, Diyet kalitesi, Nöbet, Sağlık çalışanı, Tükenmişlik, Uyku

# **FİRMA TANITIM SUNUMLARI**

**(Alfabetik sıralama)**

**ABBOTT**

**Uzm. Dyt. Simge ERDOĞAN – Medikal Beslenme Müdürü**



2009 Erciyes Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü'nden mezun oldum. 2013'te Karadeniz Teknik Üniversitesi Halk Sağlığı ve 2017'de Yıldız Teknik Üniversitesi MBA yüksek lisans programlarını tamamladım. Meslek hayatıma bir özel hastanede başladım ve devamında devlet hastaneleri, sporcu beslenmesi, kurum beslenmesi, nütrisyon gibi alanlarda çalışma fırsatı buldum. İlgimi en çok çeken alanın nütrisyon olduğuna karar verdiğimden, 2015 yılında, en son çalıştığım kurum olan devlet hastanesinden ayrılarak Abbott Beslenme'ye geçtim. Çeşitli pozisyonlarda çalıştıktan sonra, şu an Medikal Beslenme Müdürü olarak, hem erişkin hem de pediatri alanında, malnütrisyon ve tedavisinde kullanabilecek enteral beslenme ürünlerinin bilimsel arka planının oluşturulmasına destek veriyorum.

## **BARİVİTAL**

**Dyt. Mustafa Ali KARATAŞ – Kurucu**



1993 yılında Aydın’da doğmuştur. İlköğretim eğitimini Ankara Cumhuriyet İlköğretim Okulu ve Manisa 19 Mayıs Ortaokulu’nda tamamlamıştır. Devamında Maltepe Askeri Lisesi’ni bitirmiştir. Ardından Kara Harp Okulu’nda 3 yıl eğitim görmüştür.

2014 yılında İstanbul Medipol Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü’ne başlamış, lisans eğitiminin 2 yılında Öğrenci Konsey Başkanı, devamında Bölüm Temsilcisi görevlerinde bulunmuştur. Ayrıca 2 sene Beslenme Kulübü Başkanlığı yapmış, üniversite ve bölüm bünyesinde düzenlenen bilimsel ve sosyal aktivitelerde yer alarak katkı sağlamıştır.

2018 yılında lisans eğitimini tamamlamıştır. Yüksek lisans eğitimine ise Haliç Üniversitesi’nde devam etmektedir. Mezun olduğu yıl SDM Türkiye’de çalışmaya başlamış, daha sonra 2019 yılında kendi firması olan Barivital’i kurmuştur.

BRVTL markası, gıda takviyeleri (multivitamin, protein takviyesi vb.) üretimi ve ithalatı yaparak bariatrik cerrahi, spor beslenmesi gibi alanlarda hizmet vermeye devam etmektedir. Ayrıca sporcular için ergojenik destekler üreten Torq Nutrition firmasının ortaklarından. Torq Nutrition markası ise L-karnitin, glutamin, BCAA, whey protein gibi takviye edici gıdaları üreterek hizmet vermektedir.

## BEBİS

### Ramazan BALBAY – Diyetisyen



1994 yılının 8 Mart'ında, Dünya Kadınlar Günü'nde doğdum. İlk ve ortaöğretimi İstanbul'da tamamlayıp, lisans eğitimim için Trakya Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü'ne yerleştim. Buradaki eğitimimi 4 yılda tamamlarken yüksek proteinli diyetler üzerine seminer çalışması ve ortoreksiya nervoza üzerine tez çalışmasında bulundum. Bu 4 yıllık süre boyunca tiyatro ile ilgilendim, 40'dan fazla kez sahneye çıkma imkanı yakaladım.

Benim BeBiS programı ile tanışmam üniversitenin birinci sınıfında gerçekleşti. Üniversite hayatım süresince hem kendi ödev ve projelerimde hem de tez çalışmamda BeBiS'i aktif bir şekilde kullandım. Mezuniyetimden çok kısa bir süre sonra ise bir iş fikri anlamında BeBiS'le tekrar bir araya geldik. Neticesinde, 3 yıldır birlikte çalışmaktayız ve 2 yıldır üniversitelerdeki BeBiS Öğrenci Versiyonu eğitimlerini vermekteyim.

Beslenme Bilgi Sistemi, bilinen adıyla BeBiS, 20 yıldır ülkemize hizmet vermektedir. Bu hizmeti Beslenme ve Diyetetik öğrencilerine BeBiS Öğrenci Versiyonu ile, mesleğimizin profesyonelleri olan diyetisyenlere ise BeBiS Tam Versiyonu ile sunuyoruz. Peki, BeBiS Tam versiyonu BeBiS Öğrenci versiyonundan ayıran özellikler nelerdir?

- Yetişkinlerde egzersiz yorumlama ve hedef kiloya ulaşabilme grafikleri
- Antropometri ve egzersiz çıktıları
- Vaka özelliklerine göre plan yorumlaması
- Eksik besin öğelerinin karşılanmasına yönelik besin tavsiyeleri
- Hazır örnek planlar
- Toplu analizlerde ekstra özellikler (öğün, kıyaslama, besin grupları, tarif listeleri vb.)
- Toplam malzeme hesaplama
- Haftalık menü planlama
- Besin öğelerine göre sıralama
- ve daha birçok özelliği BeBiS Tam Versiyon ile kullanabilirsiniz.

Sizlere hizmet vermekten mutluluk duyar, meslek hayatınız boyunca birlikte yürümeyi dileriz.

## NESTLE

### Taşkın TAŞ



Türk tüketicisiyle ilk olarak 1875 yılında piyasaya sunduğu bebek maması ürünleriyle tanışan Nestlé, o tarihten bu yana tüketicileriyle kurduğu derin bağlarla Türkiye'deki faaliyetlerine devam etmektedir. Türkiye'deki ilk ofisini 1909 yılında İstanbul Karaköy'de açan Nestlé'nin Türkiye'deki gelişimi ilk'lerle, doludur.

Nestlé, Cumhuriyet'le birlikte Türkiye'deki hizmet ağını İzmir, Samsun ve Trabzon temsilcilikleriyle genişletti.

Nestlé, 1927 yılında, Cumhuriyet'in ilk sanayi yatırımlarından biri olan Türkiye'deki ilk çikolata fabrikasını İstanbul Feriköy'de açtı. Bütün dünyada olduğu gibi Türkiye'de de çikolata denildiğinde ilk akla gelen isim olan Nestlé, bilinen markalarının yanı sıra *DAMAK* ve *CHOKELLA* gibi Türk tüketicisine özel ürettiği markaları da tüketicinin beğenisine sundu.

Tüketicilerin sevgisi ve ilgisiyle 100 yılı aşkın süredir Türkiye'ye hizmet etmeyi sürdüren Nestlé, üretimini, yüzde 92 oranında yerel hammadde kullanarak, Bursa Karacabey ve Bursa Kestel'deki 2 fabrikasında gerçekleştiriyor. 1927'de Türkiye'deki ilk çikolata fabrikasını kurarak üretime başlayan Nestlé, bugün 12 kategoride 800'ün üzerinde ürünü ve 50'ye yakın markasıyla faaliyet gösteriyor. Halen 3800 kişiye doğrudan, 7,000 üzerinde kişiye dolaylı olarak istihdam sağlıyor.

## NUTRİCİA

Uzm. Dyt. Işıl DOĞANGÜN



Türkiye’de 1996 yılında faaliyete geçen Nutricia İleri Medikal Beslenme (Advanced Medical Nutrition), çeşitli hastalıklarda tedavi sürecine destek olmak ve hastaların yaşam kalitesini artırmak amacıyla çalışmaktadır. Erişkin, pediatri ve metabolik hastalıklar alanlarına özel klinik beslenme ürünlerimizle daha fazla insan sağlığına katkıda bulunma misyonunu hayata geçirmektedir.

1 Kasım 2007 tarihinden bu yana Danone bünyesinde faaliyetlerini sürdüren Nutricia şirketi, Araştırmacı İlaç Firmaları Derneğinin (AİFD) bir üyesidir.

Nutricia Pediatrik Enteral ürünleri:

- Infatrini
- Fortini Multi Fibre
- Nutrini Energy
- Fortini 1.0 Multi Fibre
- Nutrini Peptisorb 1.0



## SABRİ ÜLKER VAKFI

### Özge DİNÇ – Uzman Diyetisyen



1994, İstanbul doğumlu olan Uzman Diyetisyen Özge Dinç, 2012 yılında Bahçeşehir Atatürk Anadolu Lisesi'nden mezun olduktan sonra tam burslu olarak Doğu Akdeniz Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik bölümü'ne girdi.

2016 yılında diyetisyen unvanı ve bölüm birinciliği ile mezun olduğu Doğu Akdeniz Üniversitesi'nde yüksek lisans eğitimine başlayarak bu süre içerisinde bölümünde araştırma görevlisi olarak çalışmaya başladı.

2018 yılında uzmanlık unvanını aldıktan sonra Türkiye'ye geri dönerek klinik diyetisyen olarak İstanbul'da özel bir hastane 2 yıl çalışan Dinç, bu süre içerisinde farklı kurumlara da online beslenme danışmanlığı ve toplu beslenme hizmetleri alanında da hizmet vermiştir.

2020 Mart ayından beri Sabri Ülker Vakfı Beslenme ve İletişim Uzmanı olarak çalışmaya başlayan Uzm. Dyt. Özge Dinç, Duygusal Yeme ve Mindfulness üzerine doktora çalışmaları ile eğitimine devam etmektedir.

## TARTI MEDİKAL

### Ali UĞUR – Bölge Satış Yöneticisi



Sakarya Üniversitesi Mühendislik Fakültesi Çevre Mühendisliği Anabilim Dalı mezunuyum. İş hayatıma Kamusal Su Teknolojileri alanında proje yöneticisi olarak başladım. 2015 yılında Tartı Medikal ailesine katıldım. Satış Temsilcisi olarak başladığım yolculuğumda 6 yıllık tecrübe ve birikim ile Bölge Satış Yöneticisi olarak Tartı Medikal serüvenime devam etmekteyim.

Satış stratejileri yaratma, piyasa ve iş analizi, pazarlama direktörlüğü alanlarında uzmanlığım bulunmaktadır.

Hobi olarak da film izlemeyi, tarih metinleri okumayı,doğa yürüyüşü yapmayı tercih ediyorum.

**YEMEK 365**  
**Aydan DALBASTI**



2015 yılından itibaren Catering sektöründe, ortaklarıyla birlikte kurduğu Yemek365 firmasında aktif olarak iş hayatına devam etmektedir. Yemek365 çatısı altında tescilledikleri diğer markaları olan Davet365 ve Cafe365 ile farklı konseptlerde de hizmet sunulmaktadır.

2019 yılından itibaren de bir meslektaşı ile ortak olarak kurduğu Glogep global online eğitim firmasında, gastronomi ve gıda sektörüne yönelik eğitim ve etkinlikler düzenlemektedirler.

Sektörel mecralarda aktif olarak köşe yazarlığı yapmaktadır. Farklı sektörlerden iş sahiplerinin bulunduğu, uluslararası bir organizasyonda bir yandan kendi işini temsil ederken, organizasyonun yönetim ekiplerinde de sorumluluk üstlenmektedir.

Ocak 2020 itibariyle, TMMOB Gıda Mühendisleri Odası İstanbul Şube 2. Başkanlığını yürütmekte, aynı zamanda dahil olduğu "Gıda Mühendisleri Mesleki Gelişim Platformu" ekibiyle birlikte kurdukları "Gıda-Der" yönetiminde aktif görev almaktadır.

Yaşamın sürekli gelişim fırsatlarıyla dolu uzun bir yol olduğuna ve bu yolda pozitif yaklaşım ve iletişimin gücü ile her gün yeni adımlar atılacağına inanıyor.

## **ZADE VİTAL**

### **Burçak Deniz DEDEOĞLU – Medikal Müdür**



Dr. Burçak Deniz Dedeoğlu, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Tıp Fakültesinden mezuniyetinin ardından bir süre acil servis hekimliği yapmış, ardından 2008 yılında İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Tıp Fakültesinde Farmakoloji uzmanlığını tamamlamış ve asistanlığı sırasında Pasteur Üniversitesi Biyoteknoloji Enstitüsü'nde akademik çalışmalar yürütmüştür.

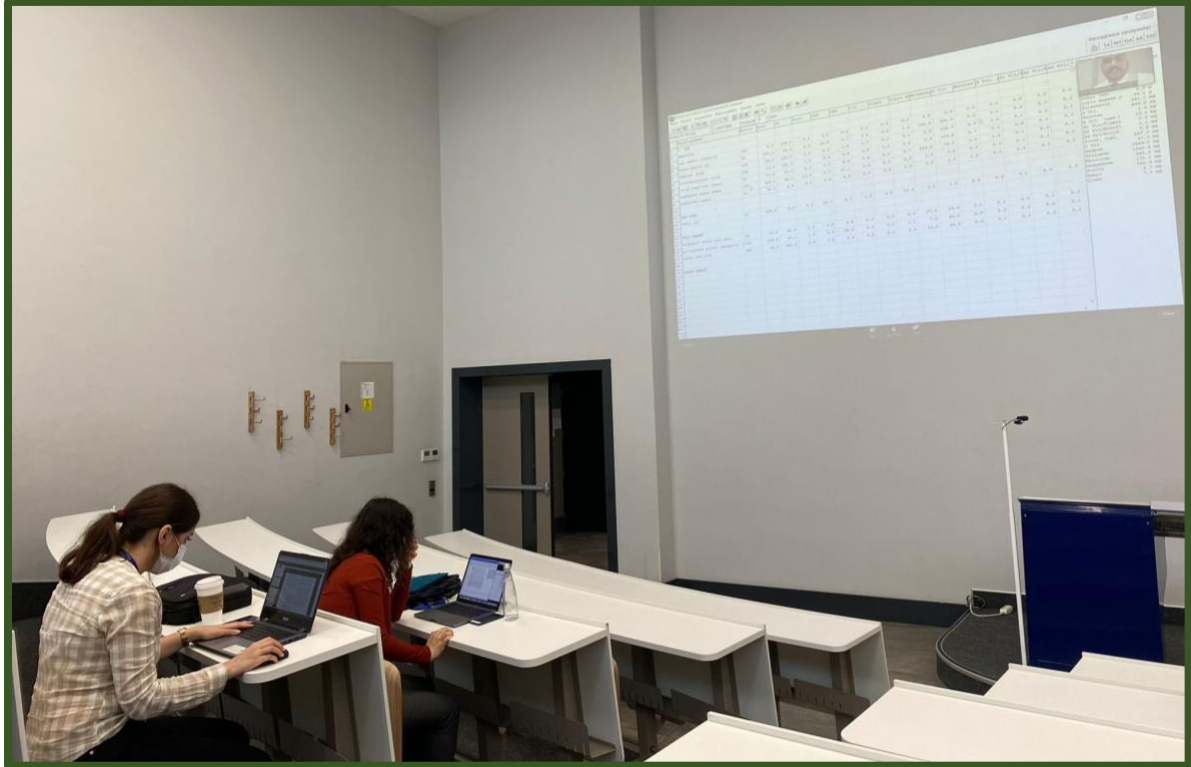
2008-2012 yılları arasında Sağlık Bakanlığı, Türkiye İlaç ve Tıbbi Cihaz Kurumunda görev yapan Dedeoğlu, Klinik Araştırmalar şube müdürlüğünü yürütmüş, Akılcı İlaç Kullanımı Departmanını kurmuş ve yöneticiliğini üstlenmiş, Akılcı ilaç kullanımı ulusal kampanyasını yürütmüştür.

2011 yılında Türk Farmakoloji Derneği Yönetim Kurulunda bir dönem görev almıştır.

2012-2018 yılları arasında GSK, Amgen ve Takeda gibi global ilaç firmalarında, farklı uzmanlık alanlarında medikal müdür ve senior medikal müdürlük görevlerini yürütmüştür.

2015-2021 yılları arasında Medipol Üniversitesi Uluslararası Tıp Fakültesi ve Sağlık Meslek Yüksekokulu, Tıbbi Tanıtım ve Pazarlama Bölümünde Farmakoloji dersleri vermiştir. Sağlık ve farmakoterapi ile ilişkili farklı alanlarda deneyim sahibi olmuş, sağlıkta bütünsel yaklaşım bakış açısıyla 2020 yılında fonksiyonel tıp ve Yeditepe Üniversitesi GETAT bünyesinde fitoterapi eğitimlerini tamamlamış, profesyonel yaşam koçluğu, nefes terapi, myofasial terapi, usui reiki gibi bu yaklaşımı destekleyen eğitimler almış ve uygulayıcısı olmuştur. Dr. Burçak Deniz Dedeoğlu, 2018'den beri Zade Vital Nutritional Supplements Şirketinin Medikal Müdürlüğünü yürütmektedir.

## 1. MEDİPOL BESLENME VE DİYETETİK ÖĞRENCİ BİLİM ŞENLİĞİ'NDEN FOTOĞRAF KARELERİ



## 1. MEDİPOL BESLENME VE DİYETETİK ÖĞRENCİ BİLİM ŞENLİĞİ'NDE DERECEYE GİREN SUNUMLAR

1. MEDİPOL BESLENME VE DİYETETİK  
ÖĞRENCİ BİLİM ŞENLİĞİ  
KONUŞMACILARIMIZI TANIYALIM

**BÜŞRANUR DELİCE**  
“ Yeni Koronavirüs Salgını  
Nedeniyle Değişen İş  
Hayatı Koşullarında  
Hizmet Veren Belediye  
Çalışanlarının Psikososyal,  
Beslenme, Uyku ve Fiziksel  
Aktivitelerinin  
İncelenmesi ”

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Neda YOUSEFİRAD

Tez Sunumu seansı  
Saat: 11.45 - 12.00



2. MEDİPOL BESLENME VE DİYETETİK  
ÖĞRENCİ BİLİM ŞENLİĞİ  
KONUŞMACILARIMIZI TANIYALIM

**ELİF TOPRAK**  
“ Covid-19 Pandemi  
Sürecinde Tip-1 Diyabetli  
Bireylerde Değişen  
Beslenme ve Fiziksel  
Aktivite Durumlarının  
İncelenmesi ”

Danışman: Öğr. Gör. Fatmanur ÖZYÜREK

Tez Sunumu seansı  
Saat: 10.45 - 11.00



3. MEDİPOL BESLENME VE DİYETETİK  
ÖĞRENCİ BİLİM ŞENLİĞİ  
KONUŞMACILARIMIZI TANIYALIM

**AİŞE ŞURA BEKTAŞ**  
“ Glutensiz Beslenen  
Hasta ve Sağlıklı  
Yetişkinlerin Beslenme  
Alışkanlıklarının ve  
Kaygı Düzeylerinin  
Değerlendirilmesi ”

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi R. İclal ÖZTÜRK

Tez Sunumu seansı  
Saat: 13.30 - 13.45



**Sevgili Öğrencilerimiz,**

**Bilim şenliğinin düzenlenmesinde,  
sunumlarında ve katılımlarında göstermiş  
olduğunuz ilgi için sizleri kutluyoruz.  
Başarılarınızın devamını diliyoruz!!!**

**BESLENME VE DİYETETİK BÖLÜMÜ  
AKADEMİSYENLERİ**

**Değerli Sektör Temsilcilerimiz,  
1. Medipol Beslenme ve Diyetetik  
Öğrenci Bilim Şenliğimize  
katkılarınız için  
teşekkür ederiz...**

