



KEPAN (Klinik Enteral Parenteral Nütrisyon) Derneği

Bariatrik-Metabolik Cerrahi (BMC) Sonrası Takip Kavramı ve Sorunu Toplantısı

Tarih: 20 Nisan 2024

Saat: 10:00 - 14:00

Yer: Medtronics İnovasyon ve Eğitim Merkezi –Ümraniye-İstanbul

10:00-11:00 Operasyon teknikleri ve Çalışma Mekanizmaları:

Açılış Konuşmaları

Prof. Dr. Mutlu Doğanay- KEPAN Derneği Başkanı

Prof. Dr. Seher Demirer- KEPAN Derneği Yönetim Kurulu Üyesi

Toplantı öncesi değerlendirme soruları:

- Oturum Kılavuzlar Tarafından Onaylanmış Teknikler
 - Restriktif teknikler (Sleeve Gastrektomi-RNY Gastrik Bypass)- Prof. Namık Özkan (10dk)
 - Hipoabsorbtiif Ameliyatlar (Tek Anastomoz (Mini) Gastrik Bypass, SADI-S)- Prof. Dr. Onur Birsen (10 dk)
 - Metabolik cerrahinin güvenilirliği- Prof. Dr. Cüneyt Kırkıl (10dk.)
 - Metabolik cerrahinin etkinliği- Prof. Dr. Volkan Genç (10dk.)
- Diğer Teknikler (Kılavuzlarda halen yer almayan teknikler):
 - Transit Bipartisyon, SADI, SAJI vs.- Doç.Dr. Halit Eren Taşkın (10dk.)

11:00-11:05 Kahve Molası (5dk.)

11:05-11:45

3. BMC Hastalarının Nütrüsyonel Takibi ve Yaşanan Sorunlar

- Giriş- Prof. Dr.Ahmet Türkçapar
- Hastaları bekleyen büyük tehlike: Dünyada hasta takip sorunu, hasta takibinden ne anlamalıyız ?- Uzm. Dyt. Dilara Çetin (10dk.)
- BMC hastalarında ideal takip nasıl olmalıdır, kılavuzlar ne diyor?- Dyt. Ayşenur Kademligil (10dk.)
- Geri kilo almında takipte uygulanacak beslenme stratejileri- Dr. Öğrt. Üyesi Nihal Zekiye Erdem. (10 dk.)

11:45-12:25 Öğle Yemeği (40dk.)

12:25-12:55 **Forum- Tartışma:** Obezite Cerrahisinde Ameliyat Sonrası Sorunlar (30dk.)

- Komplikasyonlar ve Yönetiminde Multidisipliner Tespitler
- Takip dışı hastada yaklaşım
- Birinci Basamak Hekimlerinin karşılaştığı sorunlar
- Karşılıklı soru-cevap
- Acil Tıp Hekimliğinde karşılaşılan sorunlar
- Obezite Cerrahisinin Güncel Sorunları ve Diğer Branşların Bakış Açıları

12:55-14:00 *Toplantı sonrası soruların cevaplanması ve geri bildirimlerin alınması.*

Toplantı iletişim bilgisi:

Katılmak isteyenlerin en geç 1 hafta içinde Uzm. Dyt. Dilara Çetin'e ulaşması rica olunur.



Toplantı katılımcılarına KEPAN Derneği Obezite Cerrahisi Çalışma Grubunca onaylı katılım belgesi ve BMC sonrası Takip Kılavuzu verilecektir.

BARIYATRİK CERRAHİ SONRASI BESLENME VE METABOLİK KOMPLİKASYONLARI

Dr. Öğr. Üyesi Nihal Zekiye Erdem
Dr. Öğr. Üyesi Ceren İşeri
Uzm. Dyt. Dilara Çetin
Dyt. Ayşenur Kademligil

Bariyatrik cerrahi yöntemlerinin beslenme ve metabolik komplikasyonları, beslenmeye bağlı uzun ve kısa süreli komplikasyonlar olarak iki şekilde görülmektedir.

A- Diyete Bağlı Uzun Süreli Komplikasyonları

1-Makronütrient yetersizlikleri

- Protein-enerji malnütrisyonu
- Yağ malabsorbsiyonu

2-Mikronütrient yetersizlikleri

- Demir (Fe)
- B₁₂ vitamini
- Folik asit
- Kalsiyum (Ca)
- Çinko
- B₆ vitamini
- Tiamin (vit.B₁)
- Yağda eriyen vitaminler

B- Bariyatrik Cerrahi Yöntemlerinin Beslenmeye Bağlı Kısa Süreli Komplikasyonları

- Dehidratasyon
- Bulantı ve kusma
- Diyare ve gaz şikayeti,
- Konstipasyon,
- Disfaji
- Gastroösofagial reflü (GÖRH),
- Reaktif hipoglisemi ve dumping sendromu
- Yiyecek intoleransları
- Gastrointestinal sistemde anatomik değişiklikler (normal özefagus motilitesi, hızlandırılmış mide boşalması, azalmış gastrik asit sekresyonu ve dumping sendromu)

BARIYATRİK CERRAHİ SONRASI BESLENME VE METABOLİK KOMPLİKASYONLARIN ÇÖZÜMLERİ

Bariyatrik cerrahi sonrası beslenme ve metabolik komplikasyonların çözümleri için: Bariyatrik cerrahi ekibinin diyetisyeniyle; beslenme durumunun değerlendirilmesi, cerrahi sonrası diyet programlarının uygulanması, beslenme ve metabolik durumlarının izlemi gerekmektedir.

Bariyatrik Cerrahi Ekibi

Bu çekirdek ekip, obezite yönetiminde ve bariyatrik cerrahide deneyimli olmalıdır. Ekip, genel cerrahi uzmanı, obezite koordinatörü (bu konuda eğitilmiş hemşire), beslenme veya obezite ile uğraşan iç hastalıkları uzmanı, diyetisyen, tıbbi danışmanlar, psikolog ve psikiyatrist, anestezi uzmanı, endokrinolog, tıbbi uyku uzmanı, kardiyolog, gastroenterolog, fizik tedavi uzmanı, fizyoterapist ve ofis personelinin oluşmasıdır.

Bariyatrik Cerrahi Öncesi ve Sonrası Beslenme Durumunun Değerlendirilmesi

Hastanın bariyatrik cerrahi (BC) alanında 1-2 yıl deneyimli diyetisyen tarafından ameliyat öncesi klinik beslenme durumunun AACE/TOS/ASMBS 2013, AACE/TOS/ASMBS/OMA/ASA 2019 Rehberi ve IFSO-EC, EASO ve ESPCOP'un katılımıyla EAES 2020 Rehberine göre değerlendirilmesi gerekmektedir. **Amerikan Metabolik ve Bariyatrik Cerrahi Derneği [(American Society for Metabolic & Bariatric Surgery) (ASMBS)]**

Bu rehberde; BC öncesi beslenme durumunun değerlendirilmesi ve beslenme eğitimi, BC sonrası beslenme durumunun takibi önerilmektedir.

Cerrahi öncesi: Hastanın, diyetisyen ile görüşmesi, cerrahiden en az 3 ay önce başlamalı ve cerrahiden sonra da devam etmelidir (2). Bariyatrik cerrahi öncesi dönemde beslenme durumunun değerlendirilmesi; antropometrik ölçümler (yaş, cinsiyet, ırk, ağırlık hikayesi, o anki boy ve ağırlık, vücut kütle indeksi (VKİ), bel-kalça ve boyun çevresi, kas ve yağ kütlesi), ağırlık hikayesi, tıbbi öykü, laboratuvar bulguları, psikolojik hikayesi, yeme bozukluğu hikayesi, şu anki/geçmişteki psikiyatrik tanısı, alkol, tütün ve ilaç kullanımı, görme yeteneği ve diş problemleri, okuryazarlık düzeyi, lisan durumu, diyetle yiyecek/sıvı alımı (yiyecek tüketim sıklığı, 24 saatlik günlük / haftalık beslenme kaydının alınması), fiziksel aktivite durumu, psikososyal, kişisel monitorizasyon ve yiyecek günlüğü tutma teknikleri, ameliyat öncesi diyet hazırlığı ile yapılmalıdır. Diyet deneyimleri sorgulanmalıdır ve aşağıda verilmiştir.

Diyet deneyimleri:

- Daha önceki kilo verme girişimleri/besin alerjileri/beslenme davranışı/dışarıda yeme/ekran süresi dahil
- İlaç, egzersiz, diyet uygulamaların ayrı ayrı belirtilecek
- Ne kadar uyguladı?
- Başarılı oldu mu?
- Neden bıraktı?
- Ne tür diyet yaptı? Bir diyetisyen ile mi çalıştı?

Diyetisyen Değerlendirmesi:

• Bazal metabolizma hızı ve günlük enerji gereksiniminin belirlenmesi
Beslenme günlüğüne göre günlük enerji, karbonhidrat, protein, yağ ve mikro besin öğeleri alımının hesaplanması (bir günü hafta sonunu içerecek şekilde alınan 3 günlük besin tüketim kaydının analiz edilmesi). Beslenme günlüğü ile beslenme kaydı (Biri hafta sonu olmak üzere, 3 gün süreyle tutulacaktır). Sağlıklı yeme indeksi (HEI-2020), beslenme kalitesi formu ve Besin tüketim sıklığı formu doldurulmalıdır.

- Beslenme alışkanlıklarının tespiti

- Sevdiği-sevmediği yiyecek ve içecekler (özellikle obeziteye neden olabilecek yiyecek ve içeceklerin sorgulanması)
- Enerji alımının öğünlerdeki dağılımı (Gece yeme)
- Öğün sıklığı, öğün zamanı
- Değerlendirme notu ve beslenme tedavisi ihtiyacı ile ilgili kanaatin hasta dosyasına işlenmesi

Cerrahi öncesi genel /beslenme eğitimi: Bu eğitim sürecinde ameliyatın kilo verme üzerine etkisi ve mekanizması açıklanmalıdır. Cerrahi sonrası “sağlıklı beslenme” alışkanlıklarını kazandığında, kaybedilen ağırlığı koruyabileceğini ve uzun vadede başarılı olabileceğini bilerek ve bu sorumluluğu alarak ameliyata girmelidir.

Cerrahi sonrası dönem: Bariyatrik cerrahi sonrası önerilen beslenme takibinde ise; antropometrik ve biyokimyasal ölçümler, aktivite düzeyi, psikososyal durum, medikasyonlar, vit. / min. destekleri, protokole bağlılık, beslenme programı ve obeziteye neden olmayacak yiyeceklerinin tanıtılması ve içeriğinin düzenlenmesi yer almaktadır. Bariyatrik cerrahi türüne göre aşamalı beslenme tedavisi düzenlenmelidir. Bu dönemde; sıvı-yumuşak-katı besinlere ne zaman geçileceği, makro ve mikro besin ögesi ihtiyaçlarının hangi yiyeceklerden karşılanacağı, besin etiketleri, uygun porsiyon boyutları, atıştırma ve içecek alternatifleri, yiyecek hazırlama ve gıda alışverişi, sağlıklı ve yeterli ağırlık kaybını ve uzun dönemde hedeflenen/ulaşılacak ağırlığın korunma konularını da içeren beslenme eğitimi verilmesi gerekmektedir.

Cerrahi sonrası erken dönem: Hasta, diyetisyen ile konsülte edilmelidir. Cerrahi sonrası erken (özellikle ilk üç ay) ve uzun dönem diyet sürecinde diyetisyen, periyodik olarak danışmanlık hizmeti vermelidir. Bu hizmet, hastaya ve ailesine; cerrahi öncesinde, hastane sürecinde ve taburculuk sonrası sürdürülmelidir.

Cerrahi sonrası uzun dönem: Hasta yeterince ağırlık kaybedemediğinde menü planlamasını anlama düzeyi, beslenme düzenine uyumu ve psikolojik durumu gözden geçirilmelidir. Cerrahi sonrası; antropometrik ve biyokimyasal ölçümler yapılmalı, aktivite düzeyi ile psikososyal durumu sorgulanmalı, kullandığı ilaçlar öğrenilmelidir. Gerekliyse vitamin/mineral destekleri önerilmelidir. Hastanın protokole uyması sağlanmalıdır. Belirlenen periyotlarda takibi yapılmalıdır.^{3,9,10} Cerrahinin uzun süreli ve başarılı bir sonuç vermesi; hastanın ömür boyu beslenme ve yaşam tarzı değişikliklerine bağlıdır. Bunların başarılmasında, BC ekibiyle hareket edilmelidir.⁹ Cerrahi sonrası her hastanın, bir ömür boyu diyetisyen tarafından diyetinin kontrolü sağlanmalıdır. Beslenme tedavisinin uygulanıp uygulanmadığını saptamak için de, biyokimyasal parametreler (özellikle B₁, B₂, B₁₂, A, D, E, K vitaminleri, folat, demir, çinko) ve protein düzeyleri sürekli olarak izlenmelidir.

Sağlıklı yaşam biçimi yönetimi:

- Diyetisyen tarafından beslenme müdahalesi yapılır. Beslenme planında aşağıdaki faktörler kişiye özgü olarak düzenlenir:
 - Daha önce değerlendirilen beslenme durumuna göre tıbbi beslenme tedavisi düzenlenir,
 - Yaşam şekline ve fiziksel aktivite durumuna göre günlük enerji miktarı ile makro ve mikro besin öğeleri gereksinimi saptanır,
 - Öğün sıklığı belirlenir,
 - Metabolik ve Bariyatrik cerrahi hastaları yukarıdaki maddelere göre “Bariyatrik Cerrahide Beslenme” önerileri uygulanır.

Cerrahi öncesi zayıflatılma:

Cerrahi öncesi ağırlık kaybı, hepatomegali ve yağlı karaciğere sahip hastalarda, ameliyat için nispeten yüksek risk teşkil eden hastalarda (örneğin BKİ'si 50'nin üzerinde olan hastalar vb.) ve komorbiditelerin ameliyat öncesi iyileştirme müdahalesinde (örneğin kontrolsüz kan glikoz seviyesine sahip hastalarda) önerilmektedir.

Cerrahi öncesi 1-4 haftalık süreçte fazla kilolarının kaybı (FKK %) oranının %10 olmasıyla gerçekleşen zayıflama ile; viseral yağların azaldığı, karaciğerin boyutunda, kardiyovasküler riskte, inflamasyonda, tromboembolik riskte, serum glikozunda ve obstrüktif uyku apne sıklığında azalma meydana geldiği bildirilmektedir.

Cerrahi öncesi farklı diyet modellerinden en çok uygulananları: Kısa süreli; düşük kalorili ketojenik diyet, düşük kalorili diyet, düşük karbonhidratlı diyetlerdir.

Diyete ek olarak, hastanın biyokimyasal durumu da göz önüne alınarak doktor reçetesiyle vitamin-mineral takviyesi ve probiyotik önerilmektedir. Haftalık kontroller ile hastanın antropometrik ölçüm ve komplikasyon durum takibi yapılmalıdır.

Bariyatrik Cerrahi Hastasının Diyet Tedavisi

Yeterli hidrasyonun sağlanması ve sürdürülmesi, protein hedeflerine ulaşılması, diyetin yeterli, dengeli ve çeşitli olması ile fiziksel aktiviteye odaklanması da amaçlardandır.^{7,8,32,23} Cerrahi sonrası malnütrisyonu olmayan BC hastanın beslenmesi, rehberlere göre 7 başlık altında düzenlenmiştir.

1. Diyet süreci

Yönteme göre, kademeli beslenme programı uygulanmalıdır. Diyet tedavisi, ilk yıl boyunca 2 farklı aşamadan oluşur: Bu aşamalar 0-3 ay ve 3 ay-1 yıldır. Diyet süreci aşağıda, aşamalar şeklinde verilmiştir:

Aşamalı beslenme programı:

1 ve 2. Gün:

Aşama 1; berrak sıvı diyet. Hastanede iken 1-2 gün süreyle uygulanır. Berrak sıvılar, cerrahiden birkaç saat sonra başlatılmalıdır.

3. Gün (taburculuk) ve devamındaki 2 hafta:

Aşama 2: Tam sıvı diyeti (taburcu diyeti). Cerrahi sonrası 2. veya 3. günde başlar ve hasta genellikle bu diyete başladığı gün taburcu edilir. Uygulama süresi 10-14 gündür. Berrak sıvıları da içeren tam sıvılardan oluşmalıdır.

15-30.gün:

Aşama 3.1: Pürel, yumuşak kıvamlı diyet. Berrak sıvılar artırılmalıdır. Protein, karbonhidrat, yağ ve lif içeren yumuşak kıvamlı yiyeceklerden (doğranmış, öğütülmüş veya püre haline getirilmiş) oluşmalıdır. Bu diyetin süreci, cerrahinin türüne ve yiyeceklerin tolere edilmesine bağlıdır.

30-45.gün:

Aşama 3.2: Mekanik olarak değiştirilmiş yumuşak yiyecekler diyeti (aşama 3.1 diyetinden sonra 14 gün süreyle uygulanır). Diyet, dokulu-modifiyedir ve minimum çiğneme gerektirir. Doğranmış, öğütülmüş, pürel, kuşbaşı veya kıyma haline getirilmiş yiyeceklerden oluşmalıdır.

45-60.gün:

Aşama 3.3: Mekanik olarak değiştirilmiş yumuşak yiyecekler diyeti (aşama 3.2'den sonra 14 gün süreyle uygulanır). Bu daha kıvamlı yiyecekler aşamasına, ameliyattan sonra toplamda 6-8. haftalarda ulaşılır. Tolere ediliyorsa salata, meyve ile protein içeren yiyecek ve içeceklerle devam edilmelidir.

60.gün ve yaşam boyu:

Aşama 4: Sağlıklı dengeli katı yiyecekler diyeti. Aşama 3.3 tolere edildiğinde başlanılır. Vitamin/mineral desteği yapılan aşamadır. Hasta stabil olduğunda ve idame ağırlığına ulaştığında uygulanan diyet aşamasıdır.

2. Sıvılar

Sıvılar tercihen yemeklerden en az 30 dakika sonra ve yeterli hidrasyonu sağlamak için günlük 1.5-2 litre tüketilmelidir.

3. Protein

Protein gereksinimi ağırlığın korunması için ideal vücut ağırlığı (İVA) başına 0.8-1.2 g/gün, aktif kilo kaybı için 1.2 g/İVA kg/gündür (BPD/ DS için 1.5-2.0 g/İVA kg/gün). Genel olarak, toplam 60-120 g/gün veya 1.1-1.5 g/İVA kg/gün protein önerilmektedir. Malabsorbtiif yöntemlerde BPD/DS'de+%30). Protein gereksinimi, Protein yüzdesi, günlük enerji alımının %10-35'ini oluşturmalıdır. Böbrek fonksiyonuna bağlı olarak, kronik böbrek yetmezliği ve diyabetik böbrek yetmezliğinde günlük protein alımının kısıtlanması önerilmektedir.

Eğer diyetle günlük 60 g protein alınamıyorsa, protein takviyeleri önerilmektedir. Protein takviyelerinde, esansiyel amino asitlerin tümü bulunmalı ve amino asit profili değerlendirilmelidir. Tek ürün veya kombinasyonlarının kullanılması önerilmektedir. Bunlar:

- **Tam protein konsantreleri;** yumurta beyazı, soya ve süt proteinlerinden (peynir altı suyu/kazein) elde edilmektedirler. Gerekli olan elzem amino asitleri (9 adet) alınmasını sağlarlar.
- **Kolajen bazlı konsantreler;** hidrolize kolajendir. Proteinlerle ya da kazeinle birlikte dirler.

Dokuz elzem amino asitten 8'ini içerirler. Triptofan içermezler. Elzem amino asitlerin alınmasını sağlarlar. Küçük hacimlerde yüksek oranda azot içerirler.

- **Amino asitler;** elzem olmayan amino asitlerdir (arginin, glutamin gibi). Ayrıca birden fazla amino asit öncüleri de olabilir. Duruma göre elzem amino asitlerdir ve yara iyileşmesini hızlandırır.
- **Amino asit ilaveli hibrit proteinler;** elzem olmayan amino asitlerin birden fazlasını içeren protein konsantreleridir. Kolajen de içerebilirler. Protein ihtiyaçlarını karşılayarak, elzem amino asitlerin alınmasını sağlarlar.

Peynir altı suyu proteinleri, yüksek seviyede dallı zincirli amino asitleri (özellikle lösin) içermeleri, midede çözünebilme ve hızlı sindirilmelerinden dolayı kalitelidirler. Soya ürünleri, yumurta, et, mercimek ve sert peynirlerin lösin içeriği yüksektir. O nedenle peynir altı suyu proteini içeren takviyeler birinci sırada tercih edilmelidir. Bunu kazein, yumurta, soya, bezelye ve buğday proteini takip etmelidir.⁴⁸ Piyasaki protein takviyelerinin çoğu, normal beslenmeye ek olarak üretilmiştir.

4. Karbonhidrat

Günlük enerji ihtiyacının %35-55'i karbonhidratlardan gelmelidir. Karbonhidrat miktarı cerrahi sonrası erken dönemde 50 g/gün, diyet süreci ilerledikçe 130 g/gündür.^{7,8} Günlük lif alımı 14g/1000 kkal olarak belirlenmiştir.

5. Yağ

Günlük enerji ihtiyacının %20-35'i yağlardan (çoğunluğu doymamış yağlar) karşılanmalıdır.

Diyet aşamalarının ortak önerileri:

- Aşama 3.2 ve sonraki süreçte, hastalar yemekle birlikte veya yemekten hemen sonra su/sıvı içmemelidirler. Katı ile sıvılar arasına en az 30 dk konulmalıdır. Yiyecekler, içeceklerle birlikte çiğnenmemelidir. Sıvılar yudum yudum yavaşça tüketilmelidir.

- Yavaş yenilmeli, tüm yiyecekler pürüzsüz olana kadar iyice çiğnenmelidir.
- Doygunluğa ulaşır ulaşmaz yeme işlemi sonlandırılmalıdır.
- Asitli, karbonatlı, kafeinli ve şekerli sıvılar tüketilmemeli veya sınırlandırılmalıdır.
- Sakınılması veya geciktirilmesi gereken yiyecekler: Konsantre tatlılar, gazlı içecekler, meyve suyu, doymuş yağlar, yağda kızartılmış yiyecekler, yumuşak hamurumsu ekmek, makarna, pirinç, sert-kuru-kırmızı et, fındık, patlamış mısır, diğer lifli yiyecekler, kafein ve alkoldür.
- Günde 3 küçük öğün tüketmelidir.
- Protein, sebze ve meyve tüketimleri önerilen miktarlara ulaşıncaya dek ekmek, pirinç ve makarnadan uzak durulmalıdır.
- Dengeli beslenmek için, enerjisi fazla yiyecek ve içeceklerin (örneğin, milkshake, dondurma, kek ve kurabiye) tüketimi sınırlandırılmalıdır.
- Sağlıklı yaşam için uygun diyet takviyeleri alınmalıdır.
- Cerrahi sonrası günlük 15-20 dakikalık yürüyüşlere izin verilmektedir. Bir ay sonra, her gün 20-30 dk'lık yürüyüşlerle devam edilmelidir. İkinci ayda aerobik fiziksel aktivite yaşama geçirilerek, aktif spora başlanması önerilmektedir. Programa yürüyüş ve yüzme ile başlanılıp, jogging ve aerobikle devam edilmelidir. Yüzmeye cerrahi sonrası 2., 3. ayda başlanmalıdır.

6. Diyetisyenin rolü

Diyetisyen; BC sürecinde multidisipliner ekibin önemli bir üyesidir. Diyetisyenle beslenme takibinin, geri kilo alımının önlenmesinde önemli rolü bulunmaktadır. Cerrahi sonrası hastanın beslenme sürecinin her aşamasından sorumludur. Diyetisyen tarafından sağlanan tıbbi beslenme tedavisi, hasta merkezli olup kanıta dayalı beslenme önerilerini içermelidir.

7. Enteral-Parenteral Nutrisyon

Amerikan Parenteral ve Enteral Nutrisyon Derneği [American Society for Parenteral and Enteral Nutrition (ASPEN)], BC sonrası; enfeksiyon riskinin, glukoz dengesizliğinin, sıvı ve elektrolit bozukluklarının, asit-baz dengesizliğinin uzun süreli besin ögesi eksikliklerine neden olduğunu bildirmiştir.

Cerrahi sonrası hemen erken dönemde (0-5 gün): Malnütrisyon riski yüksek [nütrisyonel risk indeksi skoru (NRS 2002) ≥ 3] hastalar için EN-PN desteği değerlendirilmez. Kritik hastalığı olmayanlarda 5-7 gün, kritik hastalığı olanlarda 3-7 gün oral alım mümkün olmayacak ise PN tercih edilmelidir. Kritik olmayan hastalarda yetersiz enteral ürün alımı 7-10 günü geçerse PN başlanmalıdır. Oral alım ve EN yetersiz ise PN tercih edilmelidir. PN desteği düşük enerjili yüksek azot içerikli olmalıdır.

Cerrahi sonrası uzun dönemde: İleri derecede protein malnütrisyonu, hastalarda oral protein suplementasyonu ile sağlanamıyorsa PN düşünülmelidir.

BARİYATRİK CERRAHİDE İZLEM

Cerrahi sonrası, 1. 2. haftalarda, 1, 2, 3, 6, 9, 12, 18. ay, 2. yıl ve sonrasında yıllık takipler önerilmektedir. Beslenme ve metabolik durumun izlemi ASMBS'nin 2008, 2013, 2016 ve 2019 yıllarında yayınladığı rehberlerde ayrıntılı olarak belirtilmiştir.



OBEZİTE ÇALIŞMA GRUBU ÜYELERİ:

Prof. Dr. Seher Demirer (Sorumlu KEPAN YK Üyesi)

- Ahmet Türkçapar (Moderatör)
- Volkan Genç
- Onur Birsen
- Eren Taşkın
- Cüneyt Kırkıl
- Namık Özkan
- Nihal Zekiye ERDEM
- Dilara ÇETİN
- Ayşenur KADEMLİGİL

[Diyetetik Çalışma Grubu](#)[Eczacılık Çalışma Grubu](#)[Genç Akademisyen-
Klinisyen Çalışma Grubu](#)[Hemşirelik Çalışma Grubu](#)[Obezite Çalışma Grubu](#)[Onkoloji Çalışma Grubu](#)[Pediatri Çalışma Grubu](#)[ONCA Çalışma Grubu](#)

Dernek Hakkında

Dernek Hesap Numarası
Seçim Yönergesi
Tüzük
Tarihçe
Başkanlar

Çalışma Grupları

Haberler

6. Ulusal Palyatif Bakım Sempozyumu 27 Eylül 2025 tarihinde Gazi Üniversitesinde yapılacaktır.
Tüple Beslenen Hastalarda Standartlar Değişiyor "Vaka Sunum Toplantısı"

Kongrelerimiz

KEPAN 2023
KEPAN 2021
KEPAN 2019
KEPAN 2017
KEPAN 2015

Yayımlar

ESPEN LLL
Kitaplar
Kılavuzlar
Bülten
Broşürler

Hızlı Er

Onca Pr
Kongreler
Etkinlikler



ALANYA ALAADDİN KEYKUBAT ÜNİVERSİTESİ

BESLENME ve DİYETETİK BÖLÜMÜ

**METABOLİK VE BARIATRİK CERRAHİ
DİYETİSYENLİĞİ KURSU**

4-5 MAYIS 2024





ALANYA ALAADDİN KEYKUBAT ÜNİVERSİTESİ
BESLENME ve DİYETETİK BÖLÜMÜ
METABOLİK VE BARIATRİK CERRAHİ
DIYETİSYENLİĞİ KURSU



4-5 MAYIS 2024

4 Mayıs 2024	AÇILIŞ	
09:00-09:15	Meltem SOYLU- Alaaddin Keykubat Üni. Beslenme ve Diyetetik Bölüm Bşk. Nihal Zekiye ERDEM-Metabolik ve Bariatrik Cerrahi Diyetisyenliği Derneği Başkanı, Medipol Üni. Beslenme ve Diyetetik Bölüm Bşk.	
09:15-09:30	ÖN TEST UYGULAMASI	
1. Oturum	OBEZİTE GENEL BAKIŞ <i>Oturum Başkanı: Nihal Zekiye ERDEM, Sıla Yağmur ÖKTEM</i>	
09:30-09:50	Değişen Dünyada Değişen Obezite Prevalansı	Meltem SOYLU
09:50-10:10	Obezitenin Çevre	Ezgi T. BIYIKLI
10:10-10:20	Tartışma	
10:20-10:40	ARA	
2. Oturum	METABOLİK VE BARIATRİK CERRAHİ (MBC)'DE MAKRO VE MİKRO BESİN ÖGELERİ <i>Oturum Başkanı: Nihal Zekiye ERDEM, Rümeyza Melike AYDOĞAN</i>	
10:40-11:00	MBC'de Proteinler ve Yağlar	Demet ÖZELGÜN ÖZSU
11:00-11:20	MBC'de Vitamin ve Mineraller	Fatma MERT BİBEROĞLU
11:20-11:40	MBC'de Besin Piramidi	Fatma MERT BİBEROĞLU
11:40-11:50	Tartışma	
3. Oturum	MBC'DE BESLENME NASIL OLMALI? <i>Oturum Başkanı: Nihal Zekiye ERDEM, Esra COŞKUN</i>	
11:50-12:20	Dört Aşamalı Beslenme Planı	Elif MIZRAK
12:20-12:50	Beslenme Önerileri	Rüken Aslınur SAMANCI
12:50-13:20	Diyetisyenin Görevleri	Rüken Aslınur SAMANCI
13:20-13:30	Tartışma	
13:30-14:30	ÖĞLE YEMEĞİ	
4. Oturum	KLAVUZLAR NE DİYOR? <i>Oturum Başkanı: Ezgi TOPTAŞ BIYIKLI, Öğrenci</i>	
14:30-15:00	MBC'de Beslenme ile İlgili Kılavuzlar Ne Diyor?	Nihal Zekiye ERDEM
15:00-15:30	MBC Sonrası Enteral-Parenteral Beslenme Desteği	Nihal Zekiye ERDEM
15:30-15:40	Tartışma	
15:40-16:00	ARA	
5. Oturum	PEKİ YA SONRA? UZUN DÖNEMDE GERİ KİLO ALIMINDA HAREKET PLANI <i>Oturum Başkanı: Ceren ŞARAHMAN KAHRAMAN, Öğrenci</i>	
16:00-16:30	Morbid Obeziteyi Önleyen Beslenme Davranışları	Nihal Zekiye ERDEM
16:30-17:00	MBC sonrası sarkopenide ne yapalım?	Demet ÖZELGÜN ÖZSU
17:00-17:10	Tartışma	

ALANYA ALAADDİN KEYKUBAT ÜNİVERSİTESİ
BESLENME ve DİYETETİK BÖLÜMÜ
METABOLİK VE BARIATRİK CERRAHİ
DIYETİSYENLİĞİ KURSU

5 Mayıs 2024

5 Mayıs 2024		
1. Oturum	METABOLİK BARIATRİK CERRAHİYE GENEL BAKIŞ <i>Oturum Başkanı: Meltem SOYLU, Öğrenci</i>	
10:00-10:20	Önceki Günün Değerlendirmesi	
10:20-10:50	MBC'nin endikasyonları, kontrendikasyonları	Nurullah BÜLBÜLLER
10:50-11:20	MBC'de hastaya özgü cerrahi metod seçimi	Mani HABİBİ
11:20-11:30	Tartışma	
11:30-11:50	ARA	
2. Oturum	PREOPERATİF ve POSTOPERATİF HASTA DEĞERLENDİRME <i>Oturum Başkanı: Semra ALKAN TÜRKUÇAR, Öğrenci</i>	
11:50-12:20	Bariatrik Cerrah Yaklaşımı	Nurullah BÜLBÜLLER
12:20-12:50	Diyetisyen Yaklaşımı	Nesrin Mücella TEPEHAN
12:50-13:20	Psikolog Yaklaşımı	Yüksel YENİACUN
13:20-13:30	Tartışma	
13:30-14:30	ÖĞLE YEMEĞİ	
3. Oturum	OLGU SUNUMLARI <i>Oturum Başkanı: Ceren ŞARAHMAN KAHRAMAN, Öğrenci</i>	
14:30-14:50	Preop ve Postop Olgu	Demet ÖZELGÜN ÖZSU
14:50-15:10	Roux en-Y Gastrik bypass'lı olgu	Zeynep Tıknaz
15:10-15:30	Balon	Burçak Bay
15:30-15:50	Sleeve Gastrektomi	Dilara BADEMCİ
15:50-16:10	İleal İnterpozisyon (Diabetik cerrahi)	Elif MIZRAK
16:10-16:30	Redo Cerrahi	Şükrü ÖZDEMİR
16:30-16:40	SON TEST UYGULAMASI	
16:40-17:00	DİLEKLER ve KAPANIŞ	

7-14 Mayıs 2024 tarihlerinde üniversitemiz Alanya Ticaret ve Sanayi Odası Turizm Meslek Yüksekokulu uygulama mutfağında Doç. Dr. Meltem Soylu tarafından pratik uygulama yapılacaktır. Uygulama kapsamında yüksek proteinli öğünler planlanacak ve deneysel üretimi yapılacaktır.

15 Mayıs 2024 tarihinde sertifika sınavı yapılacaktır. 70 puanın üzerinde alan katılımcılara sertifikaları verilecektir.



Uluslararası 4. OBEZİTE CERRAHİSİ VE DİYETİSYENLİĞİ KONGRESİ

16-18
MAYIS | 2024
Renaissance Polat
Yeşilköy Hotel İstanbul

Sayın Nihal Zekiye Erdem,

Türk Obezite Cerrahisi Vakfı tarafından **16-18 Mayıs 2024** tarihleri arasında **Renaissance Polat Yeşilköy Hotel İstanbul'da** gerçekleştirilecek olan **4. Uluslararası Obezite Cerrahisi ve Diyetisyenliği Kongresi'ne** sizleri davet etmekten büyük onur ve mutluluk duyuyoruz.

Kongremize katılmanız ve aşağıdaki oturumda **oturum başkanlığı** ve **konuşma** yapmanız bizleri onurlandıracaktır.

Düzenleme Kurulu tarafından belirlenen oturumun başkanları, konusu, konuşmacıları ve diğer detaylar aşağıda bilgilerinize sunulmuştur. **Konaklama, kongre kayıt ve transfer ücretiniz vakfımız tarafından karşılanacak, Yol masraflarınız sizin tarafınızdan karşılanacaktır.**

Şimdiden kongreye yapacağınız değerli katkılarınız için teşekkür eder, olumlu olmasını umut ettiğimiz cevabınızı;

19 Şubat 2024 tarihine kadar tocv@ftskongre.org mail adresinden organizasyon sekretermasına bildirmenizi rica ederiz.

Detaylı bilimsel program ekte bilgilerinize sunulmuştur Türk Obezite Cerrahisi Vakfı olarak sizleri de aramızda görmekten mutluluk duyacağız.

Saygılarımızla,

Kongre Düzenleme Kurulu Adına;

Prof. Dr. Oktay BANLI

TOCV Başkanı

Prof. Dr. Hasan ALTUN

Kongre Başkanı

Doç. Dr. Eren TAŞKIN

Kongre 2. Başkanı

4. Uluslararası Obezite Cerrahisi ve Diyetisyenliği Kongresi Program

16 MAYIS 2024, PERŞEMBE

SALON B

Obezite Cerrahisi Diyetisyenliği Kursu

1. Oturum

Ameliyat Öncesi

Oturum Başkanları:

Dr. Sertaç Ata Güler, Türkiye
Dyt. Nihal Zekiye Erdem, Türkiye

09.00-09.20

Bariatrik cerrahi (Güncel prosedürler, teknikler, genel bakış, preoperatif değerlendirme)

Dr. Harun Karabacak, Türkiye



Uluslararası 4. OBESİTE CERRAHİSİ VE DIYETİSYENLİĞİ KONGRESİ

16-18
MAYIS | 2024
Renaissance Polat
Yeşilköy Hotel İstanbul

09.20-09.40	Kılavuzlar eşliğinde hasta hazırlama, preoperatif değerlendirme (Diyetisyen gözüyle)	Dyt. Kübra Çalışkan, Türkiye
09.40-10.00	Hasta hazırlama, preoperatif değerlendirme (Psikolog gözüyle)	Psikolog Ceylan Şengül, Türkiye
10.00-10.20	Preoperatif diyet yaklaşımları	Dyt. Binnur Okan Bakır, Türkiye
10.20-10.30	Tartışma	
10.30-11.00	Kahve Arası	

17 MAYIS 2024, CUMA

SALON B

4. Oturum Geri Kilo Alımına Yaklaşım

Oturum Başkanları:	Dyt. Esra Güneş, Türkiye Dr. Özden Avcı, Türkiye	
16.30-16.50	Bariatrik cerrahi sonrası açlığın geri dönüşü	Dyt. Gizem Köse, Türkiye
16.50-17.10	Kilo geri alımına diyetisyen yaklaşımı	Dyt. Nihal Zekiye Erdem, Türkiye
17.10-17.30	Bariatrik hastalarda medikal tedaviler (GLP-1 analogları ve diğerleri)	Dr. Aydoğan Aydoğdu, Türkiye
17.30-17.50	Bariatrik cerrahi sonrası madde alkol ve bağımlılığı	Dr. Arda Kazım Demirkan, Türkiye
17.50-18.00	Tartışma	



4. Uluslararası OBEZİTE CERRAHİSİ VE DİYETİSYENLİĞİ KONGRESİ

16-18
MAYIS 2024

Renaissance Polat
Yeşilköy Hotel İstanbul

16 MAYIS 2024, PERŞEMBE

SALON A

Canlı Yayın 1		Ameliyathaneden Canlı Yayın	
Moderatör:	Dr. Ahmet Türkçapar, Türkiye, Dr. Yunus Yavuz, Türkiye		
09.00-10.30	Mini Gastrik Bypass	Dr. Oktay Banlı, Türkiye Dr. Hasan Altun, Türkiye	
Canlı Yayın 2		Ameliyathaneden Canlı Yayın	
Moderatör:	Dr. Halil Alış, Türkiye Dr. Toygar Toydemir, Türkiye		
10.30-12.00	Sleeve Gastrektomi Revizyonu	Dr. Halil Coşkun, Türkiye Dr. Erkan Yardımcı, Türkiye	
12.00-13.00	Öğle Arası		
Açılış		Açılış Konuşmaları	
13.00-14.00	Dr. Oktay Banlı, Türk Obezite Cerrahi Vakfı Başkanı, Türkiye Dr. Hasan Altun, Kongre Başkanı, Türkiye Dr. Halit Eren Taşkın, Kongre 2. Başkanı, Türkiye Dr. Burçin Batman, Kongre Genel Sekreteri, Türkiye Dr. Murat Baş, Kongre Genel Sekreteri, Türkiye Dr. Kemal Memişoğlu, Sağlık Bakanlığı İstanbul İl Sağlık Müdürü, Türkiye		
1. Oturum		Bariatrik Cerrahi Tekniklerde Tartışmalı Konular	
Oturum Başkanları:	Dr. Ahmet Türkçapar, Türkiye Dr. Yunus Yavuz, Türkiye		
14.00-14.20	Sleeve gastrektomi neden metabolik bir ameliyat? Ek ameliyata gerek var mı?	Dr. Shashank Shah, Hindistan	
14.20-14.40	Roux-n-Y Gastrik Bypass'ta tartışmalı konular	Dr. Faki Akın, Türkiye	
14.40-15.00	Bariatrik cerrahide stapler ve trocar seçimi	Dr. Koray Tekin, Türkiye	
15.00-15.20	Neden reSleeve gastrektomi yapılmalı?	Dr. Taryel Omarov, Azerbaycan	
15.20-15.30	Tartışma		
15.30-16.00	Kahve Arası		
Uydu 1		Uydu Sempozyumu	
Moderatör:			
16.00-16.30			
2. Oturum		Revizyonel Bariatrik Cerrahi	
Oturum Başkanları:	Dr. Aziz Sümer, Türkiye Dr. Halil Alış, Türkiye		
16.30-16.50	Revizyonel cerrahide hasta seçimi ve endikasyonlar	Dr. Halil Coşkun, Türkiye	
16.50-17.10	Sleeve gastrektomi sonrası revizyon seçenekleri	Dr. Erhan Aygen, Türkiye	
17.10-17.30	Gastrik bypass sonrası revizyon seçenekleri	Dr. Bruno Dillemans, Belçika	
17.30-17.50	Revizyonel bariatrik cerrahide robotik yaklaşım	Dr. Beniamino Pascotto, Lüksemburg	
17.50-18.00	Tartışma		



4. Uluslararası OBEZİTE CERRAHİSİ VE DİYETİSYENLİĞİ KONGRESİ

16-18
MAYIS 2024

Renaissance Polat
Yeşilköy Hotel İstanbul

SALON B

Obezite Cerrahisi Diyetisyenliği Kursu

1. Oturum	Ameliyat Öncesi	
Oturum Başkanları:	Dr. Sertaç Ata Güler, Türkiye Dyt. Nihal Zekiye Erdem, Türkiye	
09.00-09.20	Bariatrik cerrahi (Güncel prosedürler, teknikler, genel bakış, preoperatif değerlendirme)	Dr. Harun Karabacak, Türkiye
09.20-09.40	Kılavuzlar eşliğinde hasta hazırlama, preoperatif değerlendirme (Diyetisyen gözüyle)	Dyt. Kübra Çalışkan, Türkiye
09.40-10.00	Hasta hazırlama, preoperatif değerlendirme (Psikolog gözüyle)	Psikolog Ceylan Şengül, Türkiye
10.00-10.20	Preoperatif diyet yaklaşımları	Dyt. Binnur Okan Bakır, Türkiye
10.20-10.30	Tartışma	
10.30-11.00	Kahve Arası	
2. Oturum	Ameliyat Sonrası	
Oturum Başkanları:	Dyt. Elvan Yılmaz Akyüz, Türkiye	
11.30-11.50	ERAS protokolü çerçevesinde preop - postop erken dönem takip	Dyt. Asım Batuhan Fidan, Türkiye
11.50-12.10	Kılavuzlar eşliğinde postoperatif beslenme aşamaları	Dyt. Gözde Arıtcı Çolak, Türkiye
12.10-12.30	Bariatrik cerrahi sonrası erken dönem takip	Hemşire Hilal Ocaklı, Türkiye
12.30-12.50	Kısa ve uzun dönem hasta takibinin önemi	Dyt. Nida Yıldız, Türkiye
12.50-13.00	Tartışma	
13.00-14.00	Öğle Arası	
3. Oturum	Ameliyat Tekniklerin Beslenme Fizyolojisi Üzerindeki Etkileri	
Oturum Başkanları:	Dyt. Binnur Okan Bakır, Türkiye	
14.00-14.20	Makro besin metabolizmasındaki değişiklikler	Dyt. Ümran Yılmaz Özdemir, Türkiye
14.20-14.40	Mikro besinlerin önemi ve takip	Dyt. Olcay Barış, Türkiye
14.40-15.00	Hormonlar üzerindeki değişiklikler	Dyt. Aygün Kuyumcu, Türkiye
15.00-15.20	Bariatrik cerrahi sonrası erken dönem komplikasyonlar	Dyt. Banu Süzen, Türkiye
15.20-15.30	Tartışma	
15.30-16.00	Kahve Arası	
4. Oturum	Cerrahi Sonrası Değişiklikler	
Oturum Başkanları:	Dyt. Gamze Akbulut, Türkiye Dr. Ferhat Çay, Türkiye	
16.00-16.20	İlaç metabolizmasındaki değişiklikler (Akılcı İlaç Yönetimi)	Dyt. Atilla Kayaalp, Türkiye
16.20-16.40	Bağırsak mikrobiyotasındaki değişiklikler	Dr. Murat Baş, Türkiye
16.40-17.10	Bariatrik cerrahi sonrası tat ve koku değişiklikleri	Dyt. Büşra Ceylan, Türkiye
17.10-17.30	Bariatrik cerrahi sonrası gelişen komplikasyonlarda TPN yönetimi	Dyt. Elvan Yılmaz Akyüz, Türkiye
17.30-17.50	Tartışma	



Uluslararası
4. OBEZİTE CERRAHİSİ
VE DİYETİSYENLİĞİ KONGRESİ

16-18
MAYIS | 2024

Renaissance Polat
Yeşilköy Hotel İstanbul

17 MAYIS 2024, CUMA

SALON A

3. Oturum		Metabolik Cerrahi	
Oturum Başkanları:	Dr. Mustafa Şahin, Türkiye Dr. Faki Akın, Türkiye		
09.00-09.20	Tanım, hasta seçimi, preop değerlendirme	Dr. Can Karaca, Türkiye	
09.20-09.40	SADI-S and SIPS surgery	Dr. Mitchell Roslin, ABD	
09.40-10.00	SASI bypass (loop bipartition) ameliyatı	Dr. Mohammad Talebpour, İran	
10.00-10.20	Metabolik cerrahi tekniklerin karşılaştırılması	Dr. Mahir Özmen, Türkiye	
10.20-10.30	Tartışma		
10.30-11.00	Kahve Arası		
Uydu 2		Uydu Sempozyumu	
Moderatör:			
11.00-11.30			
4. Oturum		Bariatrik Cerrahide Komplikasyon Yönetimi	
Oturum Başkanları:	Dr. Mustafa Taşkın, Türkiye Dr. Halil Coşkun, Türkiye		
11.30-11.50	Bariatrik cerrahi sonrası erken dönem kanama yönetimi	Dr. Nurullah Bülbüller, Türkiye	
11.50-12.10	Erken dönem kaçaklarda tedavi seçenekleri	Dr. Oktay Banlı, Türkiye	
12.10-12.30	Geç dönem kaçaklarda endoskopik tedavi yöntemleri	Dr. Fatih Karaahmet, Türkiye	
12.30-12.50	Diğer komplikasyonlarda cerrahi tedaviler (herni, fistül, ..)	Dr. Cüneyt Kırkıl, Türkiye	
12.50-13.00	Tartışma		
13.00-14.00	Öğle Arası		
5. Oturum		Obezitede medikal ve diğer tedaviler	
Oturum Başkanları:	Dr. Oktay Banlı, Türkiye Dr. Burçin Batman, Türkiye		
14.00-14.20	Medikal tedavi yöntemleri ve geleceği	Dr. Fahri Bayram, Türkiye	
14.20-14.40	Mide balon uygulaması	Dr. Özden Avcı, Türkiye	
14.40-15.00	Mide botoks uygulaması	Dr. Ergin Arslan, Türkiye	
15.00-15.20	Endoskopik diğer kilo verdirici yöntemler	Dr. Halil Alış, Türkiye	
15.20-15.30	Tartışma		
15.30-16.00	Kahve Arası		
Konferans		Konferans - 1	
Moderatör:	Dr. Murat Baş, Türkiye		
16.00-16.30	Düşük testosteron, adolesan obez erkeklerde bariatrik cerrahi için bir gösterge olmalı mı?	Dr. Radhika Shah, Hindistan	



Uluslararası 4. OBEZİTE CERRAHİSİ VE DİYETİSYENLİĞİ KONGRESİ

16-18
MAYIS 2024

Renaissance Palat
Yeşilköy Hotel İstanbul

6. Oturum		Bariatrik Cerrahide Uzun Dönem Sonuçlar	
Oturum Başkanları:	Dr. Hasan Altun, Türkiye Dr. Burak Kavlakoglu, Türkiye		
16.30-16.50	Bypass sonrası uzun dönem hipoglisemi ve dumping tedavisi	Dr. Erkan Yardımcı, Türkiye	
16.50-17.10	Sleeve sonrası uzun dönem darlık ve twistlerde tedavi	Dr. Mehmet Özdoğan, Türkiye	
17.10-17.30	Malabsorbif ameliyatlarda gelişen malabsorbsiyonda yaklaşım	Dr. Toygar Toydemir, Türkiye	
17.30-17.50	Sleeve sonrası uzun dönem sonuçlar	Dr. Burçin Batman, Türkiye	
17.50-18.00	Tartışma		
SALON B			
1. Oturum		Beslenmeye Bağlı Komplikasyonlar	
Oturum Başkanları:	Dr. Gülçin Gökmen Sarıyıldız, Türkiye Dr. Aydoğan Aydoğdu, Türkiye		
09.00-09.20	Nöropatiler ve yönetimi	Dr. Esra Eruyar, Türkiye	
09.20-09.40	Anemiler ve yönetimi	Dr. Rifat Bozkuş, Türkiye	
09.40-10.00	Bariatrik cerrahi ve kemik sağlığı	Dyt. Ayten Altunsaray, Türkiye	
10.00-10.20	Dumping sendromu ve postprandiyal hiperinsülinemik hipoglisemi (Beslenme yönetim)	Dr. Fulya Çalikoğlu, Türkiye	
10.20-10.30	Tartışma		
10.30-11.00	Kahve Arası		
Uydu 2	Uydu Sempozyumu		
Moderatör:			
11.00-11.30	CERRAHİ SALONU'NA GİDİNİZ...		
2. Oturum		Ameliyat Sonrası - Diğer Konular - 1	
Oturum Başkanları:	Dr. Can Küçük, Türkiye Dyt. Şule Aktaş, Türkiye		
11.30-11.50	Bariatrik cerrahi sonrası sarkopeni ve yönetimi	Dyt. Esra Güneş, Türkiye	
11.50-12.10	Bariatrik cerrahi sonrası oral mikrobiyota değişimleri	Dyt. İrem Kaya Cebioğlu, Türkiye	
12.10-12.30	Yeni yaklaşım olarak organ nakli öncesi bariatrik cerrahi	Dr. Tutkun Talih, Türkiye	
12.30-12.50	İnvazif yöntemler (Mide botoksu, mide balonu) beslenme yönetimi	Dyt. Seçil Budaklar, Türkiye	
12.50-13.00	Tartışma		
13.00-14.00	Öğle Arası		
3. Oturum		Ameliyat Sonrası - Diğer Konular - 2	
Oturum Başkanları:	Dr. Barış Gürcü, Türkiye Dr. Murat Baş, Türkiye		
14.00-14.20	Bariatrik cerrahi operasyonu geçirmiş adolesan bireylerde beslenme yönetimi	Dyt. Şule Aktaş, Türkiye	
14.20-14.40	Bariatrik cerrahi sonrası fiziksel aktivite reçetesi	Fizyoterapist Nuray Alaca, Türkiye	
14.40-15.00	Cerrahi sonrası beslenme destek ürünleri	Dyt. Nazlı Batar, Türkiye	
15.00-15.20	Bariatrik gebelik ve yönetimi	Dyt. Nihan Çakır Biçer, Türkiye	
15.20-15.30	Tartışma		
15.30-16.00	Kahve Arası		



4. Uluslararası OBEZİTE CERRAHİSİ VE DİYETİSYENLİĞİ KONGRESİ

16-18
MAYIS 2024

Renaissance Polat
Yeşilköy Hotel İstanbul

Konferans	Konferans - 1	
Moderatör:		
16.00-16.30	CERRAHİ SALONU'NA GİDİNİZ...	
4. Oturum	Geri Kilo Alımına Yaklaşım	
Oturum Başkanları:	Dyt. Esra Güneş, Türkiye Dr. Özden Avcı, Türkiye	
16.30-16.50	Bariatrik cerrahi sonrası açlığın geri dönüşü	Dyt. Gizem Köse, Türkiye
16.50-17.10	Kilo geri alımına diyetisyen yaklaşımı	Dyt. Nihal Zekiye Erdem, Türkiye
17.10-17.30	Bariatrik hastalarda medikal tedaviler (GLP-1 analogları ve diğerleri)	Dr. Aydoğın Aydoğdu, Türkiye
17.30-17.50	Bariatrik cerrahi sonrası madde alkol ve bağımlılığı	Dr. Arda Kazım Demirkan, Türkiye
17.50-18.00	Tartışma	

18 MAYIS 2024, CUMARTESİ

SALON A

7. Oturum	Spesifik Grupta Hasta Seçimi ve Bariatrik Cerrahi Sonrası Reflü	
Oturum Başkanları:	Dr. Taner Yiğit, Türkiye Dr. Mehmet Mihmanlı, Türkiye	
09.00-09.20	Adölesan grupta hasta seçimi	Dr. Ferhat Çay, Türkiye
09.20-09.40	Geriatrik grupta hasta seçimi	Dr. Barış Gürcü, Türkiye
09.40-10.00	OAGB sonrası reflü: gerçek mi, efsane mi?	Dr. Mohamad Hayssam ElFawal, Lübnan
10.00-10.20	Sleeve gastrektomi sonrası reflü yönetimi	Dr. Halit Eren Taşkın, Türkiye
10.20-10.30	Tartışma	
10.30-11.00	Kahve Arası	
Uydu 3	Uydu Sempozyumu	
Moderatör:		
11.00-11.30		
8. Oturum	Bariatrik Cerrahide Yeni Teknolojiler	
Oturum Başkanları:	Dr. Mevlüt Pehlivan, Türkiye Dr. Emin Ersoy, Türkiye	
11.30-11.50	Bariatrik cerrahide yapay zeka uygulamaları	Dr. Hasan Altun, Türkiye
11.50-12.10	Hasta uzaktan takip sistemleri ve sorunları	Dr. Abdullah Şişik, Türkiye
12.10-12.30	Ameliyat sonrası görüntülemelerde yeni teknolojiler	Dr. Melih Topçuoğlu, Türkiye
12.30-12.50	Bariatrik cerrahide robot kullanımı	Dr. Carlos Vaz, Portekiz
12.50-13.00	Tartışma	
13.00-14.00	Öğle Arası	



Uluslararası 4. OBEZİTE CERRAHİSİ VE DİYETİSYENLİĞİ KONGRESİ

16-18
MAYIS 2024

Renaissance Polat
Yeşilköy Hotel İstanbul

9. Oturum	Diğer (Karaciğer, Ürogenital Sistem)	
Oturum Başkanları:	Dr. Ozan Şen, Türkiye Dr. Ahmet Ziya Balta, Türkiye	
14.00-14.20	Hepatobilier ve pankreatik komplikasyonlar	Dr. Mustafa Kerem, Türkiye
14.20-14.40	Ürogenital sistem komplikasyonları	Dr. Hasan Bakırtaş, Türkiye
14.40-15.00	Bariatrik cerrahinin kadın ürogenital sistemi üzerine etkisi	Dr. Recai Pabuçcu, Türkiye
15.00-15.20	Bariatrik cerrahi sonrası plastik cerrahi uygulamaları	Dr. Murat Diyarbakırlıoğlu, Türkiye
15.20-15.30	Tartışma	
15.30-16.00	Kahve Arası	
Uydu 4	Uydu Sempozyumu	
Moderatör:		
16.00-16.30		
10. Oturum	Bariatrik Cerrahi Sonrası Yoğun Bakım	
Oturum Başkanları:	Dr. Mehmet Oral, Türkiye Dr. Babek Tabandeh, Türkiye	
16.30-16.50	Solunum sistemi komplikasyonları ve tedavi yaklaşımı	Dr. Ali Abbas Yılmaz, Türkiye
16.50-17.10	Tromboemboli ve portal ven trombozu	Dr. Suheyra Karadağ Erkoç, Türkiye
17.10-17.30	İntraabdominal infeksiyonlar ve Sepsis yönetimi	Dr. Helin Şahintürk, Türkiye
17.30-17.40	Tartışma	
17.40-18.00	KAPANIŞ	
SALON B		
5. Oturum	Güncel Konular	
Oturum Başkanları:	Dyt .Nihan Çakır Biçer, Türkiye Dr. Kinyas Kartal, Türkiye	
09.00-09.20	Bariatrik cerrahi sonrası diyabet yönetimi	Dr. Canan Demir, Türkiye
09.20-09.40	Bariatrik cerrahi öncesi ve sonrası farklı diyet modellerinin etkisi	Dyt. Berna Gobelöglü, Türkiye
09.40-10.00	Bariatrik cerrahi hastada lipödem yönetimi	Dyt. Aslıhan Elmas, Türkiye
10.00-10.20	Bariatrik cerrahi hastada lipödem yönetimi vaka sunumu	Dyt. Ezgi Akdağ, Türkiye
10.20-10.30	Tartışma	
10.30-11.00	Kahve Arası	
Uydu 3	Uydu Sempozyumu	
Moderatör:		
11.00-11.30	CERRAHİ SALONU'NA GİDİNİZ...	
6. Oturum	Video Sunumlar: Bariatrik Cerrahide Nadir Görülen Komplikeasyonlar	
Oturum Başkanları:	Dr. Burçin Batman, Türkiye	
11.30-11.50		
11.50-12.10		
12.10-12.30		
12.30-12.50		
12.50-13.00	Tartışma	



Uluslararası
4. OBEZİTE CERRAHİSİ
VE DİYETİSYENLİĞİ KONGRESİ

16-18
MAYIS | **2024**
Renaissance Palat
Yeşilköy Hotel İstanbul

13.00-14.00	Öğle Arası
7. Oturum	Video Sunumlar: Bariatrik Cerrahide Nadir Görülen Komplikasyonlar
Oturum Başkanları:	Dr. Halit Eren Taşkın, Türkiye
14.00-14.20	
14.20-14.40	
14.40-15.00	
15.00-15.20	
15.20-15.30	Tartışma
15.30-16.00	Kahve Arası
Uydu 4	Uydu Sempozyumu
Moderatör:	
16.00-16.30	CERRAHİ SALONU'NA GİDİNİZ...
8. Oturum	Sözlü Bildiriler
Oturum Başkanları:	Dr. Can Küçük, Türkiye Dr. Özgür Sevim, Türkiye
16.30-16.50	
16.50-17.10	
17.10-17.30	
17.30-17.50	
17.50-18.00	Tartışma
18.00-18.30	KAPANIŞ



MBCDD



**TÜRK CERRAHI
DERNEĞİ**



9. OBEZİTE VE METABOLİK HASTALIKLAR CERRAHİSİ KONGRESİ



4. METABOLİK VE BARIATRİK CERRAHI DİYETİSYENLİĞİ KONGRESİ

17-20 Ekim 2024 | Nirvana Cosmopolitan Hotel | Antalya

www.obezitecerrahisi2024.com

9. OBEZİTE VE METABOLİK HASTALIKLAR CERRAHİSİ KONGRESİ

4. METABOLİK VE BARIATRİK CERRAHİ DİYETİSYENLİĞİ KONGRESİ

17-20 Ekim 2024 | Nirvana Cosmopolitan Hotel | Antalya

Kongre Onursal Başkanı ve Dernek Başkanı

Prof. Dr. Mustafa Taşkın

Kongre Başkanları

Doç. Dr. Halit Eren Taşkın
Doç. Dr. Nihal Zekiye Erdem

Kongre 2. Başkanı

Doç. Dr. Tuna Bilecik

Kongre Bilimsel Sekreteryası

Doç. Dr. Abdullah Şişik

Düzenleme Kurulu

Prof. Dr. Fahrettin Acar
Op. Dr. Faki Akın
Doç. Dr. Muzaffer Al
Prof. Dr. Fatih Avşar
Prof. Dr. Erhan Aygen
Doç. Dr. Raşit Muhammet Aykota
Prof. Dr. Oktay Banlı
Öğr. Gör. Dyt. Emre Bayraktaroğlu
Dr. Öğr. Üyesi Fatma Mert Biberöğlü
Prof. Dr. Onur Birsen
Prof. Dr. Nurullah Bülbüller
Prof. Dr. Asım Cingi
Prof. Dr. Halil Coşkun
Op. Dr. İsmail Çalıkoğlu
Doç. Dr. Ferhat Çay
Dyt. Ayça Kayadibi Dokur
Uzm. Dyt. Fatma Kahraman Gök
Dr. Öğr. Üyesi Ceren İşeri
Prof. Dr. Cüneyt Kırkıllı
Uzm. Dyt. Demet Özelgün
Dr. Taryel Omerov, PhD
Prof. Dr. Mustafa Şahin
Dr. Öğr. Üyesi Nadide Gizem Tarakçı
Op. Dr. Ersun Topal
Doç. Dr. Erkan Yardımcı
Prof. Dr. Yunus Yavuz
Prof. Dr. Volkan Demirhan Yumuk
Doç. Dr. S. Ülgen Zengin

Organizasyon Sekreteryası



Koşuyolu Mah. Koşuyolu Cad. No:59-
61/2 Kadıköy-İstanbul
0 216 651 44 44

obezite@nexusorganizasyon.com
www.nexusorganizasyon.com

Sayın Dr. Nihal Zekiye Erdem,

Türk Obezite Cerrahisi Derneği (TOSS) ve Metabolik ve Bariatrik Cerrahi Diyetisyenliği Derneği (MBCDD) tarafından 17-20 Ekim 2024 tarihleri arasında Nirvana Cosmopolitan Kongre Merkezi – Antalya’da düzenlenecek olan 9. Obezite ve Metabolik Hastalıklar Cerrahisi Kongresi & 4. Metabolik ve Bariatrik Cerrahi Diyetisyenliği Kongresi’ne bilimsel görevli olarak katkı sunmayı kabul ettiğiniz için teşekkür ederiz.

Kongremize bilimsel görevli olarak katılıp bilgi ve deneyimlerinizi paylaşmanız bizlere onur verecektir.

Kongremizdeki göreviniz ile ilgili detayları aşağıda bilgilerinize sunarız.

OBEZİTEYE GENEL BAKIŞ

Tarih: 18.10.2024 Cuma

Saat:08:30-09:30

Salon: C

Görev: OTURUM BAŞKANI

MBC SONRASI METABOLİK SORUNLARIN ÇÖZÜMÜNDE BESLENME DESTEĞİ

Tarih: 19.10.2024 Cumartesi

Saat:09:00-10:00

Salon: C

Görev: KONUŞMACI

Konuşma Başlığı: MBC’de Klavuzlara göre enteral-parenteral nutrisyon

Konuşma Süresi: 15 DK

OLMAYINCA OLMUYOR: BARIATRİK CERRAHİDE BAŞARISIZLIK

Tarih: 19.10.2024 Cumartesi

Saat:11:30-12:30

Salon: B

Görev: KONUŞMACI

Konuşma Başlığı: Kilo geri alımında diyet stratejileri

Konuşma Süresi: 10 DK

Desteyiniz ve katkılarınız için şimdiden teşekkür ederiz. Saygılarımızla,

Doç. Dr. Halit Eren Taşkın
9. Obezite ve Metabolik Hastalıklar
Cerrahisi Kongre Başkanı

Doç. Dr. Tuna Bilecik
9. Obezite ve Metabolik Hastalıklar
Cerrahisi Kongre Başkanı

Doç. Dr. Üyesi Nihal Zekiye Erdem
4. Metabolik ve Bariatrik
Cerrahi Diyetisyenliği Kongre Başkanı

Doç. Dr. Abdullah Şişik
Kongre Bilimsel Sekreteri



İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ & SAĞLIK BİLİMLERİ YÜKSEKOKULU
BESLENME VE DİYETETİK BÖLÜMÜ

BARIATRİK CERRAHİ DİYETİSYENLİĞİ

SEKTÖR BULUŞMALARI



05.12.2024 15.30 - 17.00 - Barivital Nutrition
12.12.2024 15.30 - 17.00 - Barifit
19.12.2024 15.30 - 17.00 - Hellobari
26.12.2024 15.30 - 17.00 - BarAmor

 **İstanbul Medipol Üniversitesi 2B05**





Dr.Dyt Ceren İşeri ile

OBEZİTEDE

Beslenme



25 MART SALI
20.00-21.00



MICROSOFT TEAMS



İp kodu:362k95x

D – SALONU			
SÖZLÜ SUNU OTURUMU: 6			
Oturum Başkanları: Müge Akmansu, Sevan Çetin Özbek			
18 NİSAN 2025 - Cuma 12.15-13.15	S-62	Sarkopeni Tanısı İçin Farklı Vücut Fenotiplerinde Farklı Kas Kütle İndekslerinin Kullanımı ve Kırılganlıkla İlişkisi	Deniz Seyithanoğlu
	S-63	III. Düzey Yoğun Bakım Ünitesinde Kraniyoserebral Olaylar Nedeniyle İzlenen Hastalarda Obezite Paradoksu	Kübra Nur Keskinöğlü
	S-64	Baş ve Boyun Kanseri Hastalarda Enteral Beslenmenin Akut Faz Reaktanlarına Etkisi	Hamit Koç
	S-65	Nütrisyon Eğitimi'nin Sağlık Çalışanları Üzerindeki Etkisi	Arzu Şahna
	S-66	Oral Nütrisyonel Süplemanların Saklama Koşullarına Yönelik Eczacıların Bilgi Düzeyinin Değerlendirilmesi	Özgenur Geridönmez
	S-67	Nütrisyonel Risk Skorlamasının Gücü: Yoğun Bakımda Beslenme Risk Değerlendirmesinin Önemi	Birsen Yiğit Arslan
	S-68	Tip-2 Diyabetli Hastalarda Vücut Kütle İndekslerine Göre, Sağlıklı Yeme İndeksi İle Protein Tüketiminin, Kas Gücü ve Kütlesine Etkisi	Elif Mızrak
	S-69	Palyatif Bakım Ünitesinde Beslenme Yönetimi: Hastaların Nütrisyonel Durumu Üzerine Retrospektif Bir Değerlendirme	Kübra Nur Yurt
	D – SALONU		
SÖZLÜ SUNU OTURUMU: 7			
Oturum Başkanları: Nimet Şenoğlu, Nevra Koç			
18 NİSAN 2025 - Cuma 14.15-15.15	S-70	Abdominal Cerrahi Sonrası Yoğun Bakımda Takip Edilen Hastalarda Ultrasonografiyle Rektus Abdominis Kas Kalınlığının Ölçümü İle Yatış Süresi ve Mortalite Arasındaki İlişki	Müge Kirman Terkeşli
	S-71	Perkütan Endoskopik Gastrostomi Uygulanan Hastaların Retrospektif Analizi	Elif Aybike Ayyıldız
	S-72	Obezite Paradoksu Yeterli Kas Rezervi Varlığında Geçerli: Sarkopenisiz Obezite Takipte Dizabilite Gelişiminden Koruyucu mu?	Serdar Özkök
	S-73	Ciddi Malnütrisyonlu Bası Yaralı Hastada Tekrarlayan Ameliyatlarda Beslenmenin Önemi	Dolunay Arık
	S-74	Serum Lipit Düzeyleri ve Plazma Aterojenik İndeksin Meme Kanseri Riski Üzerine Etkisi	Ebru Melekoğlu Bayram
	S-75	Yoğun Bakımda Yatışı Olan Hastalarda Geriyatrik Beslenme Risk İndeksinin Bası Yarası Oluşumunu Öngörmedeki Rolü	Veysel Demirok
	S-76	Hemşirelerde Nütrisyon Bilgisi ve Farkındalığının Araştırılması	Kübra Taşdan
	S-77	Hemşirelerin Nütrisyonel Bakıma İlişkin Tutumlarının ve Bilgi Düzeylerinin Değerlendirilmesi	Elif Öztoprak Kol
	S-78	Yoğun Bakımda Yatış Süresi, Beslenme Riski ve Mortalite Arasındaki İlişki	Yasemin Koçaslan
	S-79	Klinik Bir Bilmece: Yaşlılarda İstemsiz Kilo Kaybı; Araştıralım mı? Takip mi Edelim?	Elif Gecegel

Yayın No: S-68

Tip-2 Diyabetli Hastalarda Vücut Kütle İndekslerine Göre, Sağlıklı Yeme İndeksi ile Protein Tüketiminin, Kas Gücü ve Kütlesine Etkisi

Gizem Deniz¹, Nihal Zekiye Erdem², Elif Mızrak²

GİRİŞ / AMAÇ: Tip-2 diyabet (T2DM) ve obezitede yaş ilerledikçe kas gücü ve kütlesinde düşüşler görülmektedir.. Yeterli protein içeriğine sahip bir diyet ile kas gücü ve kütlesindeki iyileşmeler ilişkilendirilmektedir. Çalışmada farklı vücut ağırlıklarına sahip T2DM'li hastaların protein tüketimi ve beslenme kalitesinin, kas gücü ve kütlelerine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

GEREÇ ve YÖNTEM: Çalışmaya 34-65 yaş arası T2DM'li 181 hasta rastgele seçilmiştir. Hastaların genel bilgileri, antropometrik ölçümleri, laboratuvar bulguları (açlık kan glukozu, CRP, albümin, total protein ve HbA1c (%)), uyku düzenleri, fiziksel aktivite sıklığı ve aylık ortalama adım sayıları, kas kuvveti ölçümleri, protein tüketim miktarları ve sağlıklı yeme indeksi (SYİ) puanları forma kaydedilmiştir. Fiziksel aktivitenin yeterliliğini değerlendirmek için aylık ortalama 6000 adım eşik değeri olarak kabul edilmiştir. Antropometrik ölçümlerden; boy, vücut ağırlığı, bel, kalça ve boyun çevresi ölçümleri, biyoelektrik impedans analizi ve el kavrama gücü (NKK) analizleri yapılmıştır. Beslenme alışkanlıkları sorgulanarak, 24 saatlik besin tüketim kaydı alınmıştır. Diyetle günlük alınan enerji ve besin öğeleri miktarları "Beslenme Bilgi Sistemi (BEBİS)" 8,1 programı kullanılarak belirlenmiştir. Protein alımı 0,8 g/kg/gün'den az olanlar "yetersiz", 0,8 g/kg/gün olanlar "normal", fazlası ise "yüksek" olarak sınıflandırılmıştır. Diyet kalitesinin değerlendirilmesinde SYİ-2015 ölçeği kullanılmıştır. İstatistiksel analizlerde anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR: Hastaların protein tüketim miktarları arttıkça kas güçlerinin arttığı saptanmıştır ($p<0,05$). Vücut kütle indeksi normal olanların SYİ puanı obez bireylere göre daha yüksek bulunmuştur ($p<0,05$). Doğru bir beslenme planı ile hem kas gücü ve kütlesinde kaybı engellenmenin hem de ideal ağırlığı korumanın mümkün olduğu görülmüştür.

TARTIŞMA / SONUÇ: Çalışmamızda yüksek fiziksel aktivite ve proteinli diyetin kas kütlesi ve gücünü artırdığı, vücut kompozisyonunu olumlu yönde değiştirdiği görülmüştür (1,2,3). Diyet kalitesi arttıkça da, T2DM'ye neden olabilecek olumsuz antropometrik ölçümlerde iyileşmeler saptanmıştır (4,5). İnflamasyonla ilişkili kas fonksiyonu ve işlevindeki düşüğe (6) paralel, hastalarımızdaki NKK ise HbA1c ve CRP arttıkça azalmıştır. Diyabetli bireylerde beslenme, vücut ağırlığı, kas gücü ve kütlesi arasındaki ilişkileri inceleyen, bu çalışmayı destekleyecek başka çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Kas gücü ve kütlesi, obezite, protein tüketimi, sağlıklı yeme indeksi, tip-2 diyabet

17-20 Nisan 2025
Rixos Sungate Otel - ANTALYA

www.kepan2025.org


Kaynakça

1. Papadopoulou SK, Papadimitriou K, Voulgaridou G, Georgaki E, Tsotidou E, Zantidou O, Papandreou D. Exercise and nutrition impact on osteoporosis and sarcopenia-the incidence of osteosarcopenia: A narrative review. *Nutrients* 2021;13(12):4499. doi.org/10.3390/nu13124499.
2. Antonio J, Ellerbroek A, Silver T, Orris S, Scheiner M, Gonzalez A, et al. A high protein diet (3.4 g/kg/day) combined with a heavy resistance training program improves body composition in healthy trained men and women--a follow-up investigation. *J Int Soc Sports Nutr* 2015;12:39. doi: 10.1186/s12970-015-0100-0.
3. Sammarco R, Marra M, Di Guglielmo ML, Naccarato M, Contaldo F, Poggiogalle E, Donini LM, Pisanisi F. Evaluation of hypocaloric diet with protein supplementation in middle-aged sarcopenic obese women: a pilot study. *Obes Facts* 2017;10:160-7.
4. Basiak-Rasała A, Różańska D, Zatońska K. Food groups in dietary prevention of type 2 diabetes. *Roczniki Panstwowego Zakładu Higieny* 2019;70(4):347-357. doi.org/10.32394/rpzh.2019.008684.
5. Tande DL, Magel R, Strand BN. Healthy Eating Index and abdominal obesity. *Public Health Nutr* 2010;13(2): 208-14.
6. Gilbert M. Role of skeletal muscle lipids in the pathogenesis of insulin resistance of obesity and type 2 diabetes. *J Diabetes Investig* 2021;12(11):1934-1941. doi.org/10.1111/jdi.13614.

17-20 Nisan 2025
Rixos Sungate Otel - ANTALYA

www.kepan2025.org

19 NİSAN 2025 - Cumartesi

Saat	SALON - A	SALON - B	SALON - C
08.00-09.30	SÖZLÜ SUNU OTURUMU 10 Oturum Başkanları Serhan Yılmaz, Derya Soysal	SÖZLÜ SUNU OTURUMU 11 Oturum Başkanları Çağla Bali, Müge Arslan	SÖZLÜ SUNU OTURUMU 12 Oturum Başkanları Namigar Turgut, Mustafa Dönmez
			SÖZLÜ SUNU OTURUMU 13 SALON - D Oturum Başkanları Ayşe Özcan, Adnan Kuvvetli
09.30-10.30	OTURUM-16 Olgularla Pediatrik Beslenme Oturumu Oturum Başkanları Yaşar Doğan, Sezin Aşık Akman Besin Allerjili Çocuğun Beslenmesi Sinan Sarı Kistik Fibrozisli Çocuğun Beslenmesi Zarife Kuloğlu Kısa Bağırsaklı Çocuğun Beslenmesi Miray Karakoyun Tartışma & Soru-Cevap	OTURUM-17 Günümüz Pandemisi Obez Hastaya Yaklaşım... Oturum Başkanları Namık Özkan, Nihal Zekiye Erdem Obezite Patofizyolojisi ve Preoperatif Nutrisyonel Değerlendirme Volkcan Genç Bariatrik Cerrahide Nutrisyonel ve Metabolik Komplikasyonlar Taryel Ömerov GİS Cerrahisinde İlaçlar Açısından Dikkat Edilecek Noktalar Burcu Kelleci Çakır Tartışma & Soru-Cevap	OTURUM-18 Riskli Hastaları Nasıl Besleyelim-1 Oturum Başkanları Ö.Faik Ersoy, Cemal Kızılaslanoğlu Ampute Hasta Arda Çetinkaya Majör Yanığı Olan Hasta Ahmet Deniz Uçar Basınç Yarası Olan Hasta Gözde Şengül Ayçiçek Tartışma & Soru-Cevap
			SÖZLÜ SUNU OTURUMU 14 SALON - D Oturum Başkanları Kürşat Gündoğan, Akın Fırat Kocaay
10.30-10.50	KAHVE ARASI & FİRMA ZİYARETLERİ		
10.50-11.20	UYDU SEMPOZYUMU-5 Oturum Başkanları Hülya Gökmen Özel, Çetin Kaymak  Standart Beslenmenin Çok Ötesi: BDINO? Bası Yarası Olan Hasta Olgun Deniz Diyabeti Olan Hasta Güzin Tümer Kas Kaybı Olan Hasta Pınar Sonyürek Arı		
11.20-11.30	ARA		

8 Şubat 2025

Sayın Dr. Nihal Zekiye Erdem,

17-20 Nisan 2025 tarihleri arasında Rixos Sungate Otelı Antalya'da gerçekleştirecek olduğumuz **14. Klinik Enteral Parenteral Nütrisyon Kongresi**'nde **oturum başkanı** olarak görev almayı kabul ettiğiniz için teşekkür ederiz.

Görevli olduğunuz toplantının tüm detayları aşağıda bilgilerinize sunulmuştur. Programda herhangi bir değişiklik olduğu takdirde tarafınıza güncelleme bilgisi gönderilecektir.

Kongre kayıt, konaklama ve ulaşım giderleriniz derneğimiz tarafından karşılanacak olup, seyahatinizin organizasyonu için kongre organizatörümüz olan Plaza Event sizinle irtibata geçecektir.

Değerli katkılarınız için teşekkür ederiz.



Dr. Mutlu Doğanay

KEPAN Derneği Başkanı

17-20 Nisan 2025
Rixos Sungate Otel - ANTALYA

www.kepan2025.org

Tarih : 19 Nisan 2025

Salon : B

09.30-10.30	OTURUM-17: GÜNÜMÜZ PANDEMİSİ OBEZ HASTAYA YAKLAŞIM... Oturum Başkanları: Namık Özkan, Nihal Zekiye Erdem Obezite Patofizyolojisi ve Preoperatif Nütrisyonel Değerlendirme - Volkan Genç Bariatrik Cerrahide Nütrisyonel ve Metabolik Komplikasyonlar - Taryel Ömèrov GİS Cerrahisinde İlaçlar Açısından Dikkat Edilecek Noktalar - Burcu Kelleci Çakır Tartışma & Soru-Cevap
-------------	--

Oturumlarda konuşma süresi 15 dakikadır. Kongre bilimsel program işleyişinin aksamaması için konuşma sürelerine uyulmasını önemle rica ederiz.

Sizlerin bu konudaki hassasiyetiniz çok önem taşımaktadır.

Tüm katkılarınız için bir kez daha teşekkür ederiz.

17-20 Nisan 2025
Rixos Sungate Otel - ANTALYA

www.kepan2025.org

C – SALONU		
SÖZLÜ SUNU OTURUMU: 18		
Oturum Başkanları: Serap Erel, Yelda Öztürk		
S-190	Oruç ve Sağlık: Ramazan Ayında Fiziksel Aktivite, Beslenme, Uyku ve Yaşam Kalitesinin Değişimi	Rabia Melda Karaağaç
S-191	Yetişkin Bireylerde Sağlıklı Beslenme Alışkanlıkları ve Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Tip II Diyabet Riski İle İlişkisi	Rabia Melda Karaağaç
S-193	Kırılganlık ve Vitamin Düzeyleri Arasındaki İlişki	Ümmügülsüm Durak
S-194	İleri Yaşlı Bireylerde Kardiyak Bilgisayarlı Tomografi İle Saptanmış Kardiyak Belirteçlerin Sarkopeni İle İlişkisi	Serez İleri Uğurlu
S-195	Femur Fraktürü Nedeniyle Opere Olan Geriatrik Hastaların Preoperatif Prognostik Beslenme İndeksinin Mortalite İle İlişkisi	Tunzala Yavuz
S-196	Hastanede Yatarak Tedavi Gören Çocuklarda İki Farklı El Dinamometresi İle Ölçülen El Kavrama Gücünün Karşılaştırılması	Buket Meral
S-197	Kas Ultrasonografisi Parametreleri, Yaşlı Yetişkinlerde Hastanede Uzun Yatış Süresini Tahmin Edebilir	Duygu Erbaş Saçar
S-198	Yoğun Bakım Ünitesinde Perkütan Endoskopik Gastrotomi Açılması Öncesi Gastrik Usg İle Mide Doluluğunun Değerlendirilmesi	Alkım Gizem Yılmaz Selimoğlu
S-199	Erişkin Omurga Deformitelerinde Perioperatif Sarkopeni Tedavisinin Proksimal Bileşke Hastalığı Gelişimi Üzerine Etkisi	Merve Çetin
S-200	Multipl Skleroz Tanılı Hastalarda Beslenme Durumu ve Disfaji Sıklığının Taranması	Ayşe Kaya
S-201	Yanık Servisinde Yatarak Tedavi Gören Hastaların Bazı Beslenme Durumu Tarama Araçları İle Albümin Değerlerinin Karşılaştırılması	Asiye Merve Bozdoğan
S-202	Hipertrigliseridemiye Bağlı Akut Pankreatitli Hastanın Yoğun Bakımda Zorlu Beslenme Süreci	Mehmet Gökhan Gök
D – SALONU		
SÖZLÜ SUNU OTURUMU: 19		
Oturum Başkanları: Eren Ersoy, Cafer Balcı		
S-203	Evde Bakım/Tedavi Gören 65 Yaş Üstü Bireylerin Beslenme, Sarkopeni ve Malnütrisyon Durumlarının Değerlendirilmesi	Ezgi Ertal Akgöz
S-204	Nazogastrik Tüpü Beslenmenin Nadir Komplikasyonu; Ösefagusta Bezuar Oluşumu	Devrim Akdağ
S-205	Trakeoözefagal Fistülü Olan 3 Hastada Nütrisyon Yönetimimiz	Erdoğan Rahmi Çinçin
S-206	Yutma Polikliniği İlk Verilerimiz	Hasan Doğan
S-207	Kemoterapi Tedavisi Alan Hastalarda Tat Alma Duyusu Değişikliği İle Beslenme Durumu Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi	Begüm Pulat
S-208	Hepatoloji Polikliniğine Başvuran Hastalarda Malnütrisyon ve Sarkopeni Taraması: Hangi Hastaya Hangi Test?	Taylan Metin
S-209	Klinik Nütrisyon Tedavisinde Hedefe Ulaşmada Önemli Bir Bariyer: Refeeding Sendromu	Yasemin Polat Özer
S-210	Pankreas Kanseri Nedeni İle Whipple Operasyonu Uygulanan Hastalarda Sarkopeninin Post Operatif Komplikasyonlar Üzerine Etkisi	Çağlar Ayaroğlu
S-211	Toksik Epidermal Nekroliz Hastasında İmmün-Modüle Edici Formül Kullanımı	Kurtuluş Öztürk
S-212	Kalça Kırığında Geriatrik Nütrisyonel Risk İndex Değerlendirmesi; Mortalite Tahmini	Fezullah Kolay
S-213	Metabolik Sendrom Gelişen Travma Vakasında Nütrisyonel Yaklaşım	Aslıhan Öztürk
S-214	Karbonhidrat Tüketimi Meme Kanseri İçin Risk Faktörü müdür?	Eftal Geçgil Demir

Yayın No: S-190

Oruç ve Sağlık: Ramazan Ayında Fiziksel Aktivite, Beslenme, Uyku ve Yaşam Kalitesinin Değişimi

Eftal GEÇGİL DEMİR¹, Canel ÖNER SAYAR¹, Rabia Melda KARAAĞAÇ¹, Nihal Zekiye ERDEM¹, Nadide Gizem TARAKÇI FİLİZ¹, Emre BAYRAKTAROĞLU¹, Rükem Aslınur SAMANCI¹, Elif MIZRAK¹

GİRİŞ / AMAÇ: Bu çalışmanın amacı, oruç tutan ve tutmayanların Ramazan ayı öncesi, ortası ve sonrasındaki antropometrik ölçümlerini, uyku düzenlerini, yaşam kalitelerini, beslenme alışkanlıklarını ve fiziksel aktivite seviyelerini karşılaştırmak ve incelemektir.

GEREÇ ve YÖNTEM: Çalışma, 20-55 yaş arası, sağlıklı, özel bir durumu olmayan, Ramazan boyunca oruç tutma niyetindeki bireyler ile aynı kriterlere sahip, oruç tutmayan bireylerden oluşan iki grup üzerinden prospektif olarak planlanmıştır. Çalışma, Ramazan ayının bir hafta öncesi, ortası, sonu ve bitiminden iki hafta sonrası olmak üzere dört aşamada gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara Epworth Uykululuk Ölçeği, Fiziksel Aktivite Ölçeği, besin tüketim kaydı ve vücut ağırlığı ölçümleri dört aşamada, SF-36 Yaşam Kalitesi Ölçeği ise üç aşamada (bir hafta öncesi, ortası ve iki hafta sonrası) uygulanmıştır. Veriler SPSS 22.0 programı ile analiz edilmiş ve $p<0.05$ anlamlı olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR: Gruplar arası karşılaştırmalarda (oruç tutan-tutmayan) yaş, sigara ve alkol kullanma durumu, medeni durum değişkenlerinde istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır ($p>0.05$). Ramazan ayında oruç tutma durumu ile fiziksel aktivite, uyku hali ve yaşam kalitesi arasında önemli ilişkiler olduğu gözlemlenmiştir ($p<0.05$). Ramazan ayında, öncesine göre ortalama günlük kalori ve karbonhidrat, protein, yağ (g/gün) alımında azalmalar görülmüştür. Ramazandan iki hafta sonrasında ise bu değerler öncesine oranla artmıştır ($p<0.05$). Ramazan ayında öncesine göre vücut ağırlığında önemli bir azalma kaydedilmiştir. Fakat enerji ve besin ögesi alımları ile benzer şekilde, vücut ağırlığı da sonrasında tekrar artmıştır. Yaşam kalitesinde ise katılımcıların fiziksel fonksiyon, fiziksel rol güçlüğü puan ortalamaları Ramazan ayına göre, sonrasında anlamlı derecede artış göstermiştir ($p<0.05$).

TARTIŞMA / SONUÇ: Mevcut çalışma, sağlıklı yetişkinlerde Ramazan öncesindeki, sırasındaki (ortası-sonu) ve iki hafta sonrasındaki vücut ağırlığı, uyku düzeni, fiziksel aktivite, yaşam kalitesi ve besin alımındaki değişiklikleri değerlendirdi. Bulgularımız, ramazan ayında oruç tutma durumu ile fiziksel aktivite, uyku hali ve yaşam kalitesi arasında önemli ilişkiler olduğunu gösterdi.

Anahtar Kelimeler: Ramazan orucu, beslenme, fiziksel aktivite, uyku, yaşam kalitesi

17-20 Nisan 2025

Rixos Sungate Otel - ANTALYA

www.kepan2025.org

Kaynakça

1. Abolaban, H., & Al-Moujahed, A. (2017). Muslim patients in Ramadan: A review for primary care physicians. *Avicenna Journal of Medicine*, 7(3), 81–87. https://doi.org/10.4103/ajm.AJM_76_17
2. Alghamdi, A. S., Alghamdi, K. A., Jenkins, R. O., Alghamdi, M. N., & Haris, P. I. (2020). Impact of Ramadan on Physical Activity and Sleeping Patterns in Individuals with Type 2 Diabetes: The First Study Using Fitbit Device. *Diabetes Therapy: Research, Treatment and Education of Diabetes and Related Disorders*, 11(6), 1331–1346. <https://doi.org/10.1007/s13300-020-00825-x>
3. BaHammam, A. S., & Almeneessier, A. S. (2020). Recent Evidence on the Impact of Ramadan Diurnal Intermittent Fasting, Mealtime, and Circadian Rhythm on Cardiometabolic Risk: A Review. *Frontiers in Nutrition*, 7, 28. <https://doi.org/10.3389/fnut.2020.00028>
4. Daldal, E., Dagmura, H., Dasiran, F., Okan, I., & Bulbuloglu, E. (2021). Ramadan Fasting Increases Socialization in Patients Who Underwent Sleeve Gastrectomy: An Observational Study. *Obesity Surgery*, 31(6), 2576–2582. <https://doi.org/10.1007/s11695-021-05270-8>
5. Elias, N. A. F., Shahruzi, N. S., & Che Taha, C. S. (2022). The Comparison of Anthropometry and Quality of Life Before and During Ramadan Fasting Among Healthy Adult Population in Kuala Nerus, Terengganu. *Asian Journal of Medicine and Biomedicine*, 6(S1), 204–205. <https://doi.org/10.37231/ajmb.2022.6.S1.587>
6. Faris, M. A. E., Jahrami, H. A., Alhayki, F. A., Alkhawaja, N. A., Ali, A. M., Aljeeb, S. H., Abdulghani, I. H., & BaHammam, A. S. (2020). Effect of Diurnal Fasting on Sleep during Ramadan: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Sleep & Breathing = Schlaf & Atmung*, 24(2), 771–782. <https://doi.org/10.1007/s11325-019-01986-1>
7. Farooq, A., Chamari, K., Sayegh, S., El Akoum, M., & Al-Mohannadi, A. S. (2021). Ramadan Daily Intermittent Fasting Reduces Objectively Assessed Habitual Physical Activity Among Adults. *BMC Public Health*, 21(1), 1912. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11961-9>
8. Fernando, H. A., Zibellini, J., Harris, R. A., Seimon, R. V., & Sainsbury, A. (2019). Effect of Ramadan Fasting on Weight and Body Composition in Healthy Non-Athlete Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Nutrients*, 11(2), 478. <https://doi.org/10.3390/nu11020478>
9. Geok, S. K., Yusof, A., Abdullah, N. S. M., Lam, S. K., & Leong, O. S. (2013). Comparing Physical Activity of Malaysian Malay Men and Women Before, During, and After Ramadan. *Pertanika Journal Social Science & Humanities*, 21(2), 569–578.
10. Hajek, P., Myers, K., Dhanji, A. R., West, O., & McRobbie, H. (2012). Weight Change during and After Ramadan Fasting. *Journal of Public Health (Oxford, England)*, 34(3), 377–381. <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdr087>
11. Jahrami, H., BaHammam, A. S., Haji, E. A., Bragazzi, N. L., Rakha, I., Alsabbagh, A., Nugraha, B., & Pasiakos, S. M. (2021). Ramadan Fasting Improves Body Composition Without Exacerbating Depression in Males with Diagnosed Major Depressive Disorders. *Nutrients*, 13(8), 2718. <https://doi.org/10.3390/nu13082718>
12. Norouzy, A., Salehi, M., Philippou, E., Arabi, H., Shiva, F., Mehrnoosh, S., Mohajeri, S. M., Mohajeri, S. A., Motaghedi Larijani, A., & Nematy, M. (2013). Effect of Fasting in Ramadan on Body Composition and Nutritional Intake: A Prospective Study. *Journal of Human Nutrition and Dietetics: The Official Journal of the British Dietetic Association*, 26 Suppl 1, 97–104. <https://doi.org/10.1111/jhn.12042>
13. Qasrawi, S. O., Pandi-Perumal, S. R., & BaHammam, A. S. (2017). The Effect of Intermittent Fasting During Ramadan on Sleep, Sleepiness, Cognitive Function, and Circadian Rhythm. *Sleep & Breathing = Schlaf & Atmung*, 21(3), 577–586. <https://doi.org/10.1007/s11325-017-1473-x>
14. Sadeghirad, B., Motaghpisheh, S., Kolahdooz, F., Zahedi, M. J., & Haghdoost, A. A. (2014). Islamic Fasting and Weight Loss: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Public Health Nutrition*, 17(2), 396–406. <https://doi.org/10.1017/S1368980012005046>
15. Shatila, H., Baroudi, M., El Sayed Ahmad, R., Chehab, R., Forman, M. R., Abbas, N., Faris, M., & Naja, F. (2021). Impact of Ramadan Fasting on Dietary Intakes Among Healthy Adults: A Year-Round Comparative Study. *Frontiers in Nutrition*, 8, 689788. <https://doi.org/10.3389/fnut.2021.689788>
16. Shephard, R. J. (2013). Ramadan and Sport: Minimizing Effects upon the Observant Athlete. *Sports Medicine (Auckland, N.Z.)*, 43(12), 1217–1241. <https://doi.org/10.1007/s40279-013-0080-7>

17-20 Nisan 2025

Rixos Sungate Otel - ANTALYA

www.kepan2025.org


17. Trabelsi, K., Masmoudi, L., Ammar, A., Boukhris, O., Khacharem, A., Jemal, M., Zlitni, S., Bragazzi, N. L., Clark, C. C. T., Lastella, M., & Chtourou, H. (2021). The Effects of Ramadan Intermittent Fasting on Sleep-Wake Behaviour and Daytime Sleepiness in Team Sport Referees. *Journal of Sports Sciences*, 39(21), 2411–2417. <https://doi.org/10.1080/02640414.2021.1935672>
18. Urooj, A., Pai Kotebagilu, N., Shivanna, L. M., Anandan, S., Thantry, A. N., & Siraj, S. F. (2020). Effect of Ramadan Fasting on Body Composition, Biochemical Profile, and Antioxidant Status in a Sample of Healthy Individuals. *International Journal of Endocrinology and Metabolism*, 18(4), e107641. <https://doi.org/10.5812/ijem.107641>
19. Yerar, H., Özkan, A., Ervüz, E., & Kırkaya, İ. (2024). Investigation of the Effect of Ramadan Fasting on Sleep Patterns, Nutritional Characteristics, and Physical Activity Levels in Young Individuals Doing Active Sports. *International Journal of Sport Culture and Science*, 12(1), 45-54.

17-20 Nisan 2025

Rixos Sungate Otel - ANTALYA

www.kepan2025.org

19 NİSAN 2025 - Cumartesi

Saat	SALON - A	SALON - B	SALON - C
08.00-09.30	SÖZLÜ SUNU OTURUMU 10 Oturum Başkanları Serhan Yılmaz, Derya Soysal	SÖZLÜ SUNU OTURUMU 11 Oturum Başkanları Çağla Bali, Müge Arslan	SÖZLÜ SUNU OTURUMU 12 Oturum Başkanları Namigar Turgut, Mustafa Dönmez
			SÖZLÜ SUNU OTURUMU 13 SALON - D Oturum Başkanları Ayşe Özcan, Adnan Kuvvetli
09.30-10.30	OTURUM-16 Olgularla Pediatrik Beslenme Oturumu Oturum Başkanları Yaşar Doğan, Sezin Aşık Akman Besin Allerjili Çocuğun Beslenmesi Sinan Sarı Kistik Fibrozisli Çocuğun Beslenmesi Zarife Kuloğlu Kısa Bağırsaklı Çocuğun Beslenmesi Miray Karakoyun Tartışma & Soru-Cevap	OTURUM-17 Günümüz Pandemisi Obez Hastaya Yaklaşım... Oturum Başkanları Namık Özkan, Nihal Zekiye Erdem Obezite Patofizyolojisi ve Preoperatif Nutrisyonel Değerlendirme Volkan Genç Bariatrik Cerrahide Nutrisyonel ve Metabolik Komplikasyonlar Taryel Ömerov GİS Cerrahisinde İlaçlar Açısından Dikkat Edilecek Noktalar Burcu Kelleci Çakır Tartışma & Soru-Cevap	OTURUM-18 Riskli Hastaları Nasıl Besleyelim-1 Oturum Başkanları Ö.Faik Ersoy, Cemal Kızılaslanoğlu Ampute Hasta Arda Çetinkaya Majör Yanığı Olan Hasta Ahmet Deniz Uçar Basınç Yarası Olan Hasta Gözde Şengül Ayçiçek Tartışma & Soru-Cevap
			SÖZLÜ SUNU OTURUMU 14 SALON - D Oturum Başkanları Kürşat Gündoğan, Akın Fırat Kocaay
10.30-10.50	KAHVE ARASI & FİRMA ZİYARETLERİ		
10.50-11.20	UYDU SEMPOZYUMU-5 Oturum Başkanları Hülya Gökmen Özel, Çetin Kaymak  Standart Beslenmenin Çok Ötesi: BDINO? Bası Yarası Olan Hasta Olgun Deniz Diyabeti Olan Hasta Güzin Tümer Kas Kaybı Olan Hasta Pınar Sonyürek Arı		
11.20-11.30	ARA		

8 Şubat 2025

Sayın Dr. Nihal Zekiye Erdem,

17-20 Nisan 2025 tarihleri arasında Rixos Sungate Otelı Antalya'da gerçekleştirecek olduğumuz **14. Klinik Enteral Parenteral Nütrisyon Kongresi**'nde **oturum başkanı** olarak görev almayı kabul ettiğiniz için teşekkür ederiz.

Görevli olduğunuz toplantının tüm detayları aşağıda bilgilerinize sunulmuştur. Programda herhangi bir değişiklik olduğu takdirde tarafınıza güncelleme bilgisi gönderilecektir.

Kongre kayıt, konaklama ve ulaşım giderleriniz derneğimiz tarafından karşılanacak olup, seyahatinizin organizasyonu için kongre organizatörümüz olan Plaza Event sizinle irtibata geçecektir.

Değerli katkılarınız için teşekkür ederiz.



Dr. Mutlu Doğanay

KEPAN Derneği Başkanı

17-20 Nisan 2025
Rixos Sungate Otel - ANTALYA

www.kepan2025.org

Tarih : 19 Nisan 2025

Salon : B

09.30-10.30	OTURUM-17: GÜNÜMÜZ PANDEMİSİ OBEZ HASTAYA YAKLAŞIM... Oturum Başkanları: Namık Özkan, Nihal Zekiye Erdem Obezite Patofizyolojisi ve Preoperatif Nütrisyonel Değerlendirme - Volkan Genç Bariatrik Cerrahide Nütrisyonel ve Metabolik Komplikasyonlar - Taryel Ömèrov GİS Cerrahisinde İlaçlar Açısından Dikkat Edilecek Noktalar - Burcu Kelleci Çakır Tartışma & Soru-Cevap
-------------	--

Oturumlarda konuşma süresi 15 dakikadır. Kongre bilimsel program işleyişinin aksamaması için konuşma sürelerine uyulmasını önemle rica ederiz.

Sizlerin bu konudaki hassasiyetiniz çok önem taşımaktadır.

Tüm katkılarınız için bir kez daha teşekkür ederiz.

17-20 Nisan 2025
Rixos Sungate Otel - ANTALYA

www.kepan2025.org

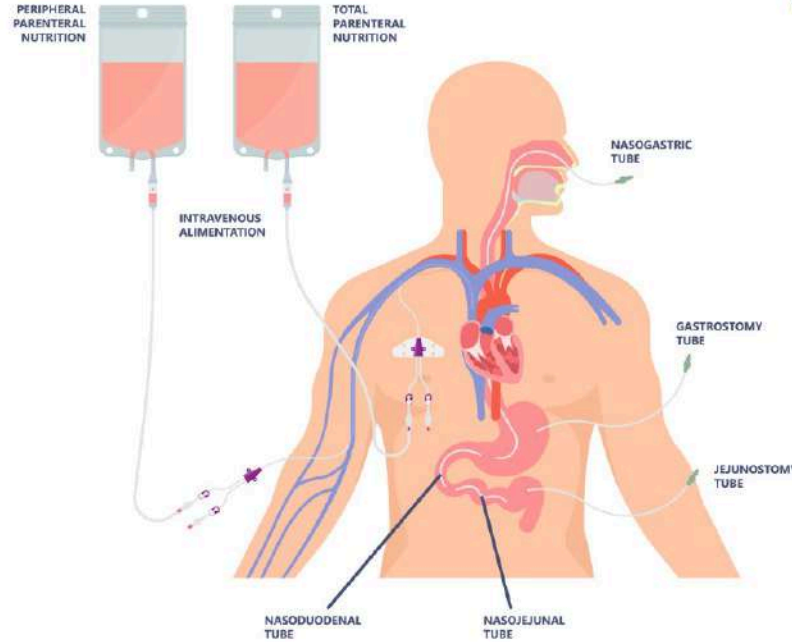
1. Enteral ve Parenteral Nütrisyon Günleri

Tarih:

26-27 Nisan 2025



Erken Kayıt
İndirimi



PARENTERAL AND ENTERAL NUTRITION

İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ

☎ 0549 839 38 32 | 444 85 44

sem@medipol.edu.tr | sem.medipol.edu.tr



MEDİPOL
UNV-SEM

İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ
SÜREKLİ EĞİTİM MERKEZİ



SPORCU BESLENMESİ SEMPOZYUMU

Moderatörler



**Doç. Dr. Nihal Zekiye
ERDEM**
İstanbul Medipol
Üniversitesi Sağlık Bilimleri
Yüksekokulu Beslenme ve
Diyetetik Bölüm Başkanı



Prof. Dr. Gülgün ERSOY
İstanbul Medipol
Üniversitesi Sağlık Bilimleri
Fakültesi Beslenme ve
Diyetetik Bölüm Başkanı



Uzm. Dyt. Orçun KÜRÜM
Orçun Kürüm Beslenme
ve Danışmanlık Merkezi



Dr. Melis DURASI
Genetik mühendisi-
Diyetisten



Dyt. Nursena DUMAN
Beylikdüzü Spor Kulübü
Diyetisyeni



Dyt. Yaren BEŞER
Anadolu Efes SK
Asistan Diyetisyen



28 Nisan 2025
09.30/12.30



İstanbul Medipol Üniversitesi
Güney Kampüs 206 nolu amfi



Birbirinden Değerli
6 Konuşmacı

SPORCU BESLENMESİ SEMPOZYUMU

● 09.30-10.00

Program açılış konuşması

● 10.00-10.30

Orçun Kürüm-Spor Beslenmesinde Hidrasyonun Önemi

● 10.30-11.00

Nursena Duman -Sporcu Sakatlıklarında Beslenme

● 11.00-11.30

ARA

● 11.30-12.00

Yaren Beşer-Adölesan Sporcularda Beslenme

● 12.00-12.30

Melis Durası-Mikrobiyom Ve Sporcu Beslenmesi

BOTAFITT



Erken teŒhis
hayat kurtarır



KANSER YENİ PARADİGMA VE BESLENME



Dr.MURAT İŞÇİ



5 MAYIS 2025



11.00-13.00



**İSTANBUL MEDİPOL
ÜNİVERSİTESİ GÜNEY
KAMPÜS -206
NUMARALI AMFİ**



PROGRAM AKIŞI

11.00-11.10

Açılış Konuşması

Doç. Dr. Nihal Zekiye Erdem

11.10-12.50

'KANSER YENİ PARADİGMA VE BESLENME'

Dr. Murat İşçi

12.50-13.00

Kapanış Konuşması

Doç. Dr. Nihal Zekiye Erdem

Teşekkür Belgesi Takdimi

Memnuniyet Anketi



II. Beslenme ve Diyetetikte Güncel Yaklaşımlar Kongresi

Kanser tanısındaki artış, hem bireyler hem de toplum için maddi ve manevi çok yönlü bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu nedenle, kanserle mücadelede kapsamlı ve multidisipliner yaklaşımlar geliştirilmesi hem bireysel hem de toplumsal düzeyde önemli bir ihtiyaçtır.

Kanser ve Beslenme alanında en son Güncel yaklaşımların incelendiği ve alanında uzman konuşmacıların ve akademisyenlerin yer aldığı bu yıl ikincisini 09-10 Mayıs 2025 yılında gerçekleştirecek olduğumuz : **II. Ulusal Beslenme ve Diyetetikte Güncel Yaklaşımlar Kongremizin ana konusu: "Kansere Bütüncül Yaklaşımda Beslenmenin Gücü"**dür.

Kongrede: *Kanserden korunmada Epigenetik, Nutrigenetik ve beslenme yaklaşımları, Kanserden korunma, tedavi ve remisyon sürecinde Besin destekleri, Kanserde hedefe yönelik tedavi yöntemlerinde beslenmenin etkiniği, Kanser hastalarında yaşam kalitesinin yükseltilmesine yönelik müdahale yöntemleri*, Klinikte çalışan uzmanların sunacağı çeşitli olgu sunumları ile de teorik bilgilerin pratikte uygulanabilirliği gibi konu başlıkları ele alınacaktır.

9-10 Mayıs 2025 'te tekrar sizlerle birlikte olacak olmamızın heyecanını yaşıyoruz.

II. Ulusal Beslenme ve Diyetetikte Güncel Yaklaşımlar Kongresinde görüşmek dileğiyle



Kongre Başkanı
Doç.Dr.Müge Arslan

Dönem Arşivi

2025

2024

Kongre Düzenleme Kurulu



Twitter



Facebook



WhatsApp

Yürütücü

Doç. Dr. Müge Arslan (Üsküdar Üniversitesi)

Düzenleyiciler

Prof. Dr. Çetin Kaymak (Gülhane Tıp Fakültesi; Klinik Enteral Parenteral Nutrisyon Derneği)

Doç. Dr. Ayhan Dağ (Lokman Hekim Üniversitesi; Türkiye Diyetisyenler Derneği Beslenme ve Diyetetik)

Dr. Dyt. Tuğçe Aytulu (Amerikan Hastanesi)

Dr. Dyt. Selen Özsoy (Ankara Şehir Hastaneleri)

Öğr. Gör. Kübra Şahin (Üsküdar Üniversitesi)

Dönem Arşivi

2025

2024

Güncel Yaklaşımlar Kongresi

'Kansere Bütüncül Yaklaşımda Beslenmenin Gücü'

09-10 Mayıs 2025, Cuma-Cumartesi

Üsküdar Üniversitesi NP Sağlık Yerleşkesi, Ümraniye
İbni Sina Oditoryumu

09 Mayıs 2025, Cuma

08.30-09.00 Kayıt/Karşılama

09.00-10.00 Açılış Konuşmaları

Doç. Dr. Müge ARSLAN - Üsküdar Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölüm Başkanı
Prof. Dr. Arif Aktuğ ERTEKİN - Üsküdar Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanı
Prof. Dr. Nevzat TARHAN - Üsküdar Üniversitesi
Kurucu Rektörü ve Yönetim Üst Kurulu Başkanı

1. OTURUM Oturum Başkanları:
Doç. Dr. Müge ARSLAN, Prof. Dr. Yasemin AKDEVELİOĞLU
Kanserden Korunmada Beslenme Yaklaşımları

10.00-10.30 **Dr. Öğr. Üyesi Begüm KALYONCU** - İstanbul Aydın Üniversitesi
"Kanserin Önlenmesinde Beslenmenin Genetik Kodları:
Epigenetik ve Nutrigenetik"

10.30-11.00 **Dr. Öğr. Üyesi Sevan ÇETİN ÖZBEK** - Yüksek İhtisas Üniversitesi
"Antioksidanlar ve Fitokimyasallar: Doğal Koruyucuların Rolü"

11.00-11.30 **Prof. Dr. Yasemin AKDEVELİOĞLU** - Gazi Üniversitesi
"Kanserden Korunmada Yeni Yaklaşımlar: D Vitamini ve Omega-3"

11.30-12.00 **Prof. Dr. Tarkan KARAKAN** - Özel Klinik
"Bağırsak Mikrobiyomu ve Kanser: Fermente Besinler" (Uydu Katılımı)

12.00-13.00 Öğle Arası

2. OTURUM Oturum Başkanları:
Prof. Dr. Çetin KAYMAK, Prof. Dr. Bülent SAKA
Kanserde Hedefe Yönelik Tedavi Yöntemleri

13.00-13.30 **Prof. Dr. Perran Fulden YUMUK** - Amerikan Hastanesi
"Malnutrisyon, Sarkopeni, Kaşeksi: Klinik Uygulamalar"

13.30-14.00 **Dr. Dyt. Tuğçe AYTULU** - Amerikan Hastanesi
"Kanser Hastalarında Kişiselleştirilmiş Beslenme Tedavisi"

14.00-14.30 Kahve Arası

3. OTURUM Oturum Başkanları:
Prof. Dr. Perran Fulden YUMUK, Prof. Dr. Yasemin AKDEVELİOĞLU
Kanserde Hedefe Yönelik Tedavi Yöntemleri

14.30-15.00 **Prof. Dr. Bülent SAKA** - İstanbul Üniversitesi
"Kanser Tedavisinde Beslenme ve İlaç Etkileşimleri"

15.00-15.30 **Prof. Dr. Gamze AKBULUT** - İstanbul Kent Üniversitesi
"Kanser Hücrelerini Aç Bırakmak: Metabolik Stratejiler ve Tedavi Potansiyeli"

15.30-16.00 **Uzm. Dyt. Birgül DAĞ** - Lokman Hekim Üniversitesi
"Kanser Hastalarının Beslenme Protokollerinde Diyetisyenin Rolü"

16.00-16.30 **Doç. Dr. Nihal Zekiye ERDEM** - İstanbul Medipol Üniversitesi
"Ketojenik Diyetler: Kansere Mücadelede Etkili Bir Strateji mi?"



II. Ulusal

Beslenme ve Diyetetikte Güncel Yaklaşımlar Kongresi

'Kansere Bütüncül Yaklaşımda Beslenmenin Gücü'

09-10 Mayıs 2025, Cuma-Cumartesi

Üsküdar Üniversitesi NP Sağlık Yerleşkesi, Ümraniye
İbni Sina Oditoryumu

10 Mayıs 2025, Cumartesi

Kanser Hastalarında Yaşam Kalitesi ve İyi Oluş

1. OTURUM Oturum Başkanları:
Doç. Dr. Müge ARSLAN, Dr. Dyt. Tuğçe AYTULU
Kanser Hastalarında Yaşam Kalitesi ve İyi Oluş

09.00-09.30 **Dr. Çisem UZUN** - Üsküdar Üniversitesi

II. Ulusal Beslenme ve Diyetetikte Güncel Yaklaşımlar Kongresi

'Kansere Bütüncül Yaklaşımda
Beslenmenin Gücü'



Doç. Dr.

Nihal Zekiye ERDEM

İstanbul Medipol Üniversitesi

**"Ketojenik Diyetler:
Kanserle Mücadelede Etkili Bir Strateji mi?"**



09-10 Mayıs 2025
Cuma-Cumartesi

Üsküdar Üniversitesi NP Sağlık Yerleşkesi, Ümraniye
İbni Sina Oditoryumu

uskudar.edu.tr 0216 400 22 22 Üsküdar Üniversitesi Üsküdar Üniversitesi Üsküdar Üniversitesi

Kuşağımızda Beslenme Kulübü

BEZMİÂLEM VAKIF ÜNİVERSİTESİ

VI. BESLENME VE DİYETETİK KONGRESİ

Bariatrik Cerrahide Multidisipliner Yaklaşımlar



Doç. Dr. Alper Öztürk



Doç. Dr. Dyt. Nihal Zekiye Erdem



PhD. Klinik Psk. Aslıhan Topayay Özfıdan



Uzm. Dr. Dyt. Cemre Yamaner



Uzm. Dyt. Dilara Çetin



Dyt. Ece Ceylan



Dyt. Berna Göbeloğlu



Dyt. Beyza Yaprak

BARIATRİK CERRAHİYE MULTİDİSİPLİNER YAKLAŞIMLAR

KONFERANS PROGRAMI

- 09.00- 10.00** Kayıt ve Açılış Konuşması
- 10.00-10.20** Bariatrik Cerrahi Hakkında Bilgilendirme
Dr. Alper ÖZTÜRK
- 10.30-10.50** Bariatrik Cerrahi Öncesi Diyet Yaklaşımları
Dyt. Berna GÖBELOĞLU
- 11.00-11.20** Bariatrik Beslenmede Kritik Dönem ve Dikkat Edilmesi
Gerekenler
Uzm.Dyt.Cemre YAMANER
- 11.30-11:50** Bariatrik Uzun Dönem Beslenme Takibi ve Geri Kilo Alımı
Doç. Dr. Nihal Zekiye ERDEM
- 11.50-12.05** Bariatrik Vitamin Takviyeleri
Dyt. Beyza YAPRAK
- 12.05 -12.50** Çay Kahve Molası
- 12.50-13.10** Bariatrik Vaka Sunumu 1
Uzm.Dyt. Dilara ÇETİN
- 13.20-13.40** Bariatrik Cerrahiye Psikolojik Yaklaşım
Klinik Psk. Aslıhan TOPYAY ÖZFİDAN
- 13.50-14.10** Bariatrik Vaka Sunumu 2
Dyt. Ece CEYLAN ÜNSAL
- 14.20** Kapanış Konuşması ve Belge Takdim

Kuşağımızda Beslenme Kulübü

BEZMİÂLEM VAKIF ÜNİVERSİTESİ

VI. BESLENME VE DİYETETİK KONGRESİ

Bariatrik Cerrahide Multidisipliner Yaklaşımlar

PROGRAM AKIŞI

09.00-09.30	Kayıt
09.30-10.00	Açılış Konuşması
10.00-10.20	Bariatrik Cerrahi Hakkında Bilgilendirme Doç.Dr. Alper Öztürk
10.30-10.50	Bariatrik Cerrahi Öncesi Diyet Yaklaşımları Dyt. Berna Göbeloğlu
11.00-11.20	Bariatrik Beslenmede Kritik Dönem ve Dikkat Edilmesi Gerekenler Dr. Dyt. Cemre Yamaner
11.30-11.50	Bariatrik Vaka Sunumu 1 Uzm. Dyt. Dilara Çetin
11.50-12.05	Barivital Sponsor Sunumu Dyt. Beyza Yaprak
12.05-12.50	Çay-Kahve Molası
12.50-13.10	Bariatride Uzun Dönem Beslenme Takibi ve Takviyeler Doç. Dr. Nihal Zekiye Erdem
13.20-13.40	Bariatrik Cerrahiye Psikolojik Yaklaşım Klin. Psk. Aslıhan Topyay Özfidan
13.50-14.10	Bariatrik Vaka Sunumu 2 Dyt. Ece Ceylan

Kuşağımızda Beslenme Kulübü

BEZMİÂLEM VAKIF ÜNİVERSİTESİ VI. BESLENME VE DİYETETİK KONGRESİ

Bariatrik Cerrahide Multidisipliner Yaklaşımlar

SPONSORLAR



Delly

wefood

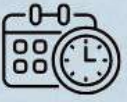
TANITA

Kuşağımızda Beslenme Kulübü

BEZMİÂLEM VAKIF ÜNİVERSİTESİ

VI. BESLENME VE DİYETETİK KONGRESİ

Bariatrik Cerrahide Multidisipliner Yaklaşımlar



17 Mayıs 2025, Cumartesi
09.00-14.20



Bezmialem Vakıf Üniversitesi
Dekanlık Konferans Salonu

Katılım Ücreti

200 TL

Detaylı bilgi almak için Kuşağımızda Beslenme Kulübü Başkanı Damla Oğuz ile iletişime geçebilirsiniz.

☎ 0532 374 00 67



BezmialemSKS





TOSS (TÜRK OBEZİTE
CERRAHİSİ DERNEĞİ)



OBEZİTE HAFTASI

22-25
Mayıs | 2025
Sueno Deluxe Belek
Antalya



www.obezitehaftasi.com

OBEZİTE HAFTASI

22-25
Mayıs | 2025

Ducale Lara Hotel
Antalya



TOSS (TÜRK OBEZİTE
CERRAHİSİ DERNEĞİ)



MBCDD
Metabolik ve Bariyatrik Cerrahi
Derneği

Kongre Onursal Başkanları

Prof. Dr. Mustafa Taşkın
Prof. Dr. Oktay Banlı

Kongre Başkanları

Prof. Dr. Hasan Altun
Doç. Dr. Tuna Bilecik

Kongre Bilimsel Sekreteryası

Prof. Dr. Burak Kavlıkoğlu
Doç. Dr. Anıl Ergin

Sayın Dr. Nihal Zekiye Erdem,

Türk Obezite Cerrahisi Vakfı ve Türk Obezite Cerrahisi Derneği tarafından **22-25 Mayıs 2025** tarihleri arasında Ducale Lara Hotel – Antalya’da düzenlenecek olan **Obezite Haftası**’na bilimsel görevli olarak katkı sunmayı kabul ettiğiniz için teşekkür ederiz.

Kongremize bilimsel görevli olarak katılıp bilgi ve deneyimlerinizi paylaşmanız bizlere onur verecektir.

Kongremizdeki göreviniz ile ilgili detayları aşağıda bilgilerinize sunarız.

OBEZİTE EKİP İŞİDİR

Tarih: 23.05.2025 Cuma

Saat:08:30-09:30

Salon: B

Görev: Oturum Başkanı

OBEZİTE EKİP İŞİDİR

Tarih: 23.05.2025 Cuma

Saat:08:30-09:30

Salon: B

Görev: Konuşmacı

Konuşma Başlığı: Metabolik ve bariyatrik cerrahide, cerrahi öncesi ve sonrası hasta takibi rehberler eşliğinde Türkiye'ye özgü nasıl olmalı?

Konuşma Süresi: 15 DK

TEKRAR KİLO ALDIM! ŞİMDİ NE OLACAK?

Tarih: 23.05.2025 Cuma

Saat:13:00-14:00

Salon: A

Görev: Konuşmacı

Konuşma Başlığı: Tekrar kilo alımı sonrası diyetisyen yaklaşımı

Konuşma Süresi: 15 DK

Desteğiniz ve katkılarınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Saygılarımızla,

Organizasyon Sekreteryası



Koşuyolu Mah. Koşuyolu Cad. No:59-
61/2 Kadıköy-İstanbul
0 216 651 44 44

obezite@nexusorganizasyon.com
www.nexusorganizasyon.com

Prof. Dr. Hasan Altun

Kongre Eş Başkanı

Doç. Dr. Tuna Bilecik

Kongre Eş Başkanı

OBEZİTE HAFTASI

22-25
Mayıs | 2025

Duale Lara Hotel
Antalya



TOSB (TÜRK OBEZİTE
CERRAHİSİ DERNEĞİ)



MBODD
Metabolik ve Bariyatrik Cerrahi
Sipriyetmenliği Derneği

Kongre Onursal Başkanları

Prof. Dr. Mustafa Taşkın
Prof. Dr. Oktay Banlı

Kongre Başkanları

Prof. Dr. Hasan Altun
Doç. Dr. Tuna Bilecik

Kongre Bilimsel Sekreteryası

Prof. Dr. Burak Kavlıakoğlu
Doç. Dr. Anıl Ergin

Organizasyon Sekreteryası



Koşuyolu Mah. Koşuyolu Cad. No:59-
61/2 Kadıköy-İstanbul
0 216 651 44 44

obezite@nexusorganizasyon.com
www.nexusorganizasyon.com



TOSS (TÜRK OBEZİTE
CERRAHİSİ DERNEĞİ)



OBEZİTE HAFTASI

22-25
Mayıs | 2025
Sueno Deluxe Belek
Antalya



www.obezitehaftasi.com



**TÜRKİYE OBEZİTE
ARAŞTIRMA DERNEĞİ**
TURKISH ASSOCIATION FOR THE STUDY OF OBESITY

13 ULUSAL
OBEZİTE ve EŞLİK
EDEN HASTALIKLAR

(Diyabet, Ateroskleroz, Hipertansiyon, Hiperlipidemi)

KONGRESİ

**MARRIOTT OTEL
KAPADOKYA**

**25 - 28
EYLÜL
2025**

PROGRAM KİTABI



TÜRKİYE OBEZİTE ARAŞTIRMA DERNEĞİ

TURKISH ASSOCIATION FOR THE STUDY OF OBESITY

13 ULUSAL
OBEZİTE ve EŞLİK
EDEN HASTALIKLAR
[Diyabet, Ateroskleroz, Hipertansiyon, Hiperlipidemî]
KONGRESİ
25-28 Eylül 2025
MARRIOTT OTEL
KAPADOKYA

KURULLAR

ORGANİZASYON KURULU

Prof. Dr. M. Temel Yılmaz	13. Ulusal Obezite Kongresi Başkanı
Prof. Dr. Taner Bayraktaroğlu	13. Ulusal Obezite Kongresi Genel Sekreteri
Doç. Dr. Gülşah Yenidünya Yalın	13. Ulusal Obezite Kongresi Genel Sekreteri
Prof. Dr. Volkan Demirhan Yumuk	Türkiye Obezite Araştırma Derneği Başkanı

YÜRÜTME KURULU TÜRKİYE OBEZİTE ARAŞTIRMA DERNEĞİ

Prof. Dr. Volkan Demirhan Yumuk	Başkan
Prof. Dr. Dilek Yazıcı	Başkan Yardımcısı
Doç. Dr. Feray Akbaş	Genel Sekreter
Prof. Dr. Taner Bayraktaroğlu	Üye
Doç. Dr. Meral Küçük Yetgin	Üye

BİLİMSEL KURUL

Abdullah Bereket	Fahri Bayram	Murat Baş
Abdurrahman Çömlekçi	Feray Akbaş	Murat Yılmaz
Ahmet Temizhan	Fulya Çalikoğlu	Mustafa Cesur
Alev Altınova	Gökhan Metin	Ömer Yılmaz
Alper Sönmez	Gülhan Samur	Saygın Abalı
Asım Cingi	Gülşah Yenidünya Yalın	Seher Tanrikulu
Ayhan Dağ	Halit Eren Taşkın	Selçuk Dağdelen
Ayşehan Akıncı	Hayriye Elbi	Seyit Mercanlıgil
Barış Akıncı	İlknur Aslanoğlu	Sinem Kıyıcı
Başak Yücel	Kubilay Karşıdağ	Şeniz Ünal
Cem Şimşek	M. Temel Yılmaz	Şevki Çetinkalp
Dilara Karşıdağ	Mehmet Erdoğan	Taner Bayraktaroğlu
Dilek GogasYavuz	Mehmet FurkanBurak	Tarık Zafer Nursal
Dilek Yazıcı	Mehmet Pala	Umut Barbaros
Elif Arıoğlu	Mehmet Sargın	Volkan Yumuk
Emel Özer	Meral Küçük Yetgin	Yüksel Altuntaş
Emine AkalYıldız	Mine Adaş	
Ezgi Deveci	Mithat Bahçeci	



TÜRKİYE OBEZİTE ARAŞTIRMA DERNEĞİ

TURKISH ASSOCIATION FOR THE STUDY OF OBESITY

13 ULUSAL
OBEZİTE ve EŞLİK
EDEN HASTALIKLAR
(Diyabet, Ateroskleroz, Hipertansiyon, Hiperlipidemi)
KONGRESİ
25-28 Eylül 2025
**MARRIOTT OTEL
KAPADOKYA**

25 EYLÜL 2025 PERŞEMBE

KURS VE ATÖLYELER

- 13:00-15:15** **Obezitenin psikolojik zemini, davranış terapisi ve iletişim teknikleri** **SALON A**
- Kurs açılışı ve kursiyerler ile tanışma
Kurs Moderatörleri: Başak YÜCEL, Şeniz ÜNAL, Ezgi DEVECİ, Dilara KARŞIDAĞ ALTIKARDEŞ
Obezite ve yeme bozukluklarında kesişen alanlar *Başak YÜCEL*
Obeziteli birey ile subjektif anamnez *Şeniz ÜNAL*
Obezite ve damgalama (Stigma) *Ezgi DEVECİ*
Obezite tedavisinde *Dilara KARŞIDAĞ ALTIKARDEŞ*
sağlık çalışanının özbakımı
- 13:00-15:15** **Egzersiz fizyolojisi ve fizyoterapi ilkeleri** **SALON B**
- Kurs açılışı ve kursiyerler ile tanışma
Kurs Moderatörleri: Gökhan METİN, Şensu DİNÇER
Egzersiz sistemlerinin fizyolojik uyum ve cevapları *Gökhan METİN*
Egzersiz reçetesi hazırlanırken kullanılan değerlendirme yöntemleri *Şensu DİNÇER*
Nasıl ve hangi model egzersiz, FITT prensibi *Şensu DİNÇER*
- 15:15-15:30** **Kahve arası** ☕
- 15:30-16:15** **Atölye Çalışması** **SALON A**
- Obezitesi olan birey ile görüşme: *Dilara KARŞIDAĞ ALTIKARDEŞ*
Yapılması ve yapılmaması gerekenler
- 15:30-16:15** **Atölye Çalışması** **SALON B**
- Obezitesi olan bireyin takibinde spor hekimliği yaklaşımı *Gökhan METİN*
- 15:30-16:15** **Atölye Çalışması** **SALON C**
- İşlenmiş gıdalar ve kilo yönetimi: *Mehmet PALA*
Bilimsel kanıtlar, etiket okuma ve uygulamalı yaklaşımlar



TÜRKİYE OBEZİTE ARAŞTIRMA DERNEĞİ

TURKISH ASSOCIATION FOR THE STUDY OF OBESITY

13 ULUSAL
OBEZİTE ve EŞLİK
EDEN HASTALIKLAR
(Diyabet, Ateroskleroz, Hipertansiyon, Hiperlipidemi)
KONGRESİ
25-28 Eylül 2025
MARRIOTT OTEL
KAPADOKYA

16:30-17:15

Açılış Töreni

Gülşah YENİDÜNYA YALIN

13. Ulusal Obezite ve Eşlik Eden Hastalıklar Kongresi Başkan Yardımcısı

Taner BAYRAKTAROĞLU

13. Ulusal Obezite ve Eşlik Eden Hastalıklar Kongresi Başkan Yardımcısı

M. Temel YILMAZ

13. Ulusal Obezite ve Eşlik Eden Hastalıklar Kongresi Başkanı

Volkan Demirhan YUMUK

Türkiye Obezite Araştırma Derneği Başkanı

17:15-18:45

Oturum Başkanları: M. Temel YILMAZ, Dilek YAZICI

17:15-18:15

Bilim yolculuğunda bir yaşam
(Ustalara saygı oturumu)

Ahmet ÇORAKÇI
Mine YURTTAGÜL

18:15-18:45

Sanat ve toplumsal değerler ışığında obezite algısı

Seda YAVUZ

18:45-19:15

Oturum Başkanı: Feray AKBAŞ

Sanat ve bilimin buluşması

Hakan YILMAZ

21:30-22:30

Akşam atölyesi:

“Rolümüz ağır bizim”

İletişim ve toplumsal farkındalık çalışması

Deniz SEZGİN

25 EYLÜL 2025 PERŞEMBE



TÜRKİYE OBEZİTE ARAŞTIRMA DERNEĞİ

TURKISH ASSOCIATION FOR THE STUDY OF OBESITY

13 ULUSAL OBEZİTE ve EŞLİK EDEN HASTALIKLAR KONGRESİ

(Diyabet, Ateroskleroz, Hipertansiyon, Hiperlipidemî)
25-28 Eylül 2025
MARRIOTT OTEL
KAPADOKYA

26 EYLÜL 2025 CUMA

08:30-09:45

PANEL

Genetik ve epigenetik perspektif ile obezite

Oturum Başkanları: Fahri BAYRAM, Mustafa Kemal BALCI

08:30-08:50

Monogenik obezite

Tayfun ÖZÇELİK

08:50-09:10

Sendromik obezite

Doğa TÜRKKAHRAMAN

09:10-09:30

Obezite epigenetiği ve endokrin bozucular

Seher TANRIKULU

09:30-09:45

Tartışma

09:45-10:30

KONFERANS

Oturum Başkanları: Hasan İLKOVA, Dilek YAZICI

Beslenme, obezite ve tümör mikroçevresinde
immün sistem bağlantıları

Ömer YILMAZ

10:30-10:45

Kahve arası 

10:45-11:30

UYDU SEMPOZYUMU

Wegovy® ile Obezitede Yeni Hedef:

Etkili Kilo Kaybı ve Kardiyovasküler Koruma

Moderatör: Fahri BAYRAM, Dilek YAZICI

Konuşmacılar: Sinem KIYICI, Özlem ÇELİK



11:30-12:45

PANEL

Obezite ve beslenme

Oturum Başkanları: Yüksel ALTUNTAŞ, Emine AKAL YILDIZ

11:30-11:45

İkili kalıtım kuramı ve mikrobiyota

Emine AKAL YILDIZ

11:45-12:00

Nutrigenetik:

Zehra BÜYÜKTUNCER

Kişisel beslenme biliminin uygulanması

12:00-12:15

Çocukluk çağı obezitesinde beslenme tedavisi

Nurcan BAĞLAM

12:15-12:30

Yeni nesil fonksiyonel gıdalar

Mehmet PALA

12:30-12:45

Tartışma

12:45-13:45

Öğle yemeği



TÜRKİYE OBEZİTE ARAŞTIRMA DERNEĞİ

TURKISH ASSOCIATION FOR THE STUDY OF OBESITY

13 ULUSAL
OBEZİTE ve EŞLİK
EDEN HASTALIKLAR
[Diyabet, Ateroskleroz, Hipertansiyon, Hiperlipidemli]
KONGRESİ
25-28 Eylül 2025
MARRIOTT OTEL
KAPADOKYA

13:45-15:00

PANEL

Obezite yönetiminde kronik hastalıklara yaklaşım

Oturum Başkanları: İlhan SATMAN, Ayşe KUBAT ÜZÜM

13:45-14:05

Diabetes Mellitus

Mine ADAŞ

14:05-14:25

Kardiyovasküler hastalıklar ve kalp yetersizliği

İbrahim ŞAHİN

14:25-14:45

Kronik böbrek hastalığı

Mehmet KANBAY

14:45-15:00

Tartışma

15:00-15:45

KONFERANS

Oturum Başkanları: Abdullah BEREKET, Meral MERT

Pedriatrik ve adolesan dönem obezitesinde etiopatogenez ve komorbiditeler

Abdullah BEREKET

15:45-16:00

Kahve arası



16:00-17:15

PANEL

Pedriatrik ve adolesan dönemde obezite

Oturum Başkanları: Ayşehan AKINCI, İlknur ARSLANOĞLU

16:00-16:20

Metabolik Sendrom:

Melikşah KESKİN

Tanı, risk faktörleri ve erken müdahale stratejileri

16:20-16:40

Pedriatrik organ yağlanması:

Saygın ABALI

Karaciğer, kalp ve diğer organlarda erken yağlanmanın klinik etkileri

16:40-17:00

Pedriatrik obezitede farmakoterapi:

İlknur ARSLANOĞLU

Endikasyonlar ve gelecek perspektifler

17:00-17:15

Tartışma

17:15-17:30

Kahve arası



26 EYLÜL 2025 CUMA



TÜRKİYE OBEZİTE ARAŞTIRMA DERNEĞİ

TURKISH ASSOCIATION FOR THE STUDY OF OBESITY

13 ULUSAL
OBEZİTE ve EŞLİK
EDEN HASTALIKLAR
(Diyabet, Ateroskleroz, Hipertansiyon, Hiperlipidemî)
KONGRESİ
25-28 Eylül 2025
MARRIOTT OTEL
KAPADOKYA

26 EYLÜL 2025 CUMA

- 17:30-18:30 SÖZLÜ BİLDİRİLER (SS 01 - SS 12)**
Oturum Başkanları: Sinem KIYICI, Murat YILMAZ
- 17:30-17:35 SS - 01 Obezite Kliniğinde İzlenen Hastalarda NAFLD Prevalansı; FIB-4 ve APRI Skorlarının Karşılaştırmalı Değerlendirmesi**
Banu Acmaz, Nazmiye Serap Biçer, İfakat İrem Biçer, Erdem Aydın, Mehmet Yasin Türkmen, Sami Bahcebaşı, Alper Sönmez, Fahri Bayram
- 17:35-17:40 SS - 02 Obezitesi olan bireylerde mikrobiyoma dayalı Akdeniz diyetinin bağırsak florasına ve antropometrik parametrelere etkisi**
Can Volkan Yumuk, Mehmet Umut Çapar, Sena Ören Yerli, Ali Arslan, Berkay Yekta Ekren, Osman Uğur Sezerman, Volkan Demirhan Yumuk
- 17:40-17:45 SS - 03 Tip 1 ve Tip 2 Diyabetli Bireylerde Obezite Evreleri ile Diyabetik Komplikasyonlar Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi: 2024 Yılı DIASIS Veritabanı Gerçek Yaşam Verileri Analizi**
Ferhat Çetin, Dila Güzel, Yaser Süleymanoğlu, Savaş Karataş, İnan Anaforoğlu, Seher Tanrıkulu, Özlem Çelik, Zarife Tuğçe Dede, Hülya Yalın Turna, Efe Onganer, Emel Üren, Serra Bükey, Mehmet Temel Yılmaz
- 17:45-17:50 SS - 04 GLP-1 Reseptör Agonistlerinin Hepatosteatozu ve Obezitesi Olan Nondiyabetik Vakalarda Karaciğer Enzim Düzeylerine Etkisi: Tek Merkezli Retrospektif Gözlemsel Çalışma**
Ferhat Çetin, Dila Güzel, Zarife Tuğçe Dede, Hülya Yalın Turna, M. Temel Yılmaz
- 17:50-17:55 SS - 05 Semaglutid Tedavisinin Antropometrik, Biyokimyasal ve Hormonal Parametrelere Etkisi**
Elif Ülker, Merve Gül Havan, Arzu Or Koca
- 17:55-18:00 SS - 06 Yükümüz Ne Kadar Ağır? Obezite Merkezine 2017-2025 Yılları Arasında Başvuranların Total Vücut Yağı ve Segmental Yağ Dağılımının Değerlendirilmesi: Bir Üniversite ve Avrupa Obezite Merkezi Örneği**
Taner Bayraktaroğlu, Elif Yivli, Ömercan Topaloğlu, Sakin Tekin, Kemal Karagözoğlu, Kübra Kocatepe
- 18:00-18:05 SS - 07 Obez Bireylerde Kas Gücü ile Yağ Dağılımı Arasındaki İlişki**
Emre Çapar, Dilek Yavuz Gogas



TÜRKİYE OBEZİTE ARAŞTIRMA DERNEĞİ

TURKISH ASSOCIATION FOR THE STUDY OF OBESITY

13 ULUSAL
OBEZİTE ve EŞLİK
EDEN HASTALIKLAR
[Diyabet, Ateroskleroz, Hipertansiyon, Hiperlipidemli]
KONGRESİ
25-28 Eylül 2025
MARRIOTT OTEL
KAPADOKYA

26 EYLÜL 2025 CUMA

- 18:05-18:10 **SS - 08 Glukoz Sensörlerinin Shrödinger Etkisi: Sürekli Glukoz Monitörizasyonunun Yaşam Tarzı Değişikliklerine Uyum Üzerine Etkinliği Olabilir mi?**
Ferhat Çetin, Dila Güzel, Hülya Yalın Turna, Zarife Tuğçe Dede, M.Temel Yılmaz
- 18:10-18:15 **SS - 09 Roux-en-Y Gastrik Bypass Sonrası İnsülin Direncindeki İyileşmeyi Öngören Yeni Bir Biyobelirteç: Pentraxin-3**
Fulya Çalikoğlu, Betül Yiğit Yalçın, İlayda Sözmen Görü, Ümmü Mutlu, Gülşah Yenidünya Yalın, Umut Barbaros, Ayşe Kubat Üzüm
- 18:15-18:20 **SS - 10 Tip 2 diyabetli bireylerde TMAO'nun (Trimetilamin N-oksit) olası patofizyolojik rolü: Diyetle modülasyon ve makrovasküler risk bağlantısı**
Hatice Özçalışkan İlkey, Züleyha Cihan Özdamar Karaca
- 18:20-18:25 **SS - 11 Akşamcıl Kronotip ve Düşük Yeme Farkındalığı: Gençlerde Obezite Riskinin Gizli Tetikleyicileri mi?**
Hatice Özçalışkan İlkey
- 18:25-18:30 **SS - 12 Obezite Polikliniğine Başvuran Kilolu ve Aşırı Kilolu Bireylerde Diyabetes Mellitus Riskini Öngörmeye HBA1c ve OGTT Sonuçlarının Karşılaştırılması: Tek Merkez Deneyimi**
İfakat İrem Biçer, Banu Açmaz, Erdem Aydın, Fahri Bayram
- 21:30-22:30 Akşam atölyesi:**
Oturum Başkanı: Gülhan SAMUR
Beslenme modellerinde güncel uygulamalar *Aslı AKYOL MUTLU*



TÜRKİYE OBEZİTE ARAŞTIRMA DERNEĞİ

TURKISH ASSOCIATION FOR THE STUDY OF OBESITY

13 ULUSAL OBEZİTE ve EŞLİK EDEN HASTALIKLAR KONGRESİ

[Diyabet, Ateroskleroz, Hipertansiyon, Hiperlipidemî]
25-28 Eylül 2025
MARRIOTT OTEL
KAPADOKYA

27 EYLÜL 2025 CUMARTESİ

08:00-08:30

AKILCI İLAÇ KULLANIMI

**Obezitede güncel farmakoterapi
ve akılcı ilaç kullanımı**

*Taner BAYRAKTAROĞLU
Gülşah YENİDÜNYA YALIN*

08:30-09:45

PANEL

**Obezite yönetiminde inkretin bazı
tedavi yaklaşımları ve klinik sonuçları**

Oturum Başkanları: Taner BAYRAKTAROĞLU, Gülşah YENİDÜNYA YALIN

08:30-08:45

Kısa Etkili GLP-1 reseptör agonistleri

Ramazan SARI

08:45-09:00

Haftalık GLP-1 reseptör agonistleri

Tevfik DEMİR

09:00-09:15

Dual GLP-1/GIP reseptör agonistleri

Ayşe KUBAT ÜZÜM

09:15-09:30

GLP-1 reseptör agonistlerinde gelecek
perspektifler ve yeni moleküller

Alev ALTINOVA

09:30-09:45

Tartışma

09:45-10:30

KONFERANS

Oturum Başkanları: M. Temel YILMAZ, Kubilay KARŞIDAĞ

**Obezite ve komplikasyonlarının
tedavisinde immunometabolik yaklaşımlar:
Ufukta neler var?**

Mehmet Furkan BURAK

10:30-10:45

Kahve arası ☕

10:45-11:30

UYDU SEMPOZYUMU

Mounjaro ile vücut ağırlığı kontrolünde dual etkili yaklaşım

Oturum Başkanı: Ramazan SARI

Konuşmacılar: Mine ADAŞ, Özgür DEMİR

11:30-12:45

PANEL

**Obezitede kilo geri alımının mekanizmaları ve önleme
stratejileri: Multidisipliner perspektifler**

Oturum Başkanları: Canan ERSOY, Gökhan METİN

11:30-11:45

Endokrinoloji perspektifi

Ömercan TOPALOĞLU

11:45-12:00

Psikiyatri perspektifi

Hayriye ELBİ

12:00-12:15

Psikoloji perspektifi

Şeniz ÜNAL

12:15-12:30

Beslenme perspektifi

Emel ÖZER

12:30-12:45

Fizyoterapi perspektifi

Demet TEKİN

12:45-13:45

Öğle yemeği



TÜRKİYE OBEZİTE ARAŞTIRMA DERNEĞİ

TURKISH ASSOCIATION FOR THE STUDY OF OBESITY

13 ULUSAL
OBEZİTE ve EŞLİK
EDEN HASTALIKLAR
[Diyabet, Ateroskleroz, Hipertansiyon, Hiperlipidem] KONGRESİ
25-28 Eylül 2025
MARRIOTT OTEL
KAPADOKYA

- 12:45-13:10** **POSTER BİLDİRİLER (PS 01- PS 05)**
Başkanlar: Taner BAYRAKTAROĞLU, Gülşah YENİDÜNYA YALIN
- 12:45-12:50 **PS - 01 Metabolik Sendrom ve FSGS Birlikteliği: Kardiyometabolik Riskin Artışıyla İlişkili Bir Olgu**
Fadimana Acar Güler, Seyhun Kürşat, Aysun Toraman
- 12:50-12:55 **PS - 02 45 Gram Metformin İntoksikasyonu: Olgu sunumu**
Orhun Tunahan Cingöz, Salih Enes Çakıcı, Fatma Erseven, Songül Binay, Arzu Or Koca
- 12:55-13:00 **PS - 03 Obezite Tedavisinde Sürdürülebilir Başarı = Yaşam Tarzı Değişikliği + Hasta Hekim İşbirliği + Bireysel Tedavi Planı**
Hümeyra Selver Aldaş, Balhun Cansız, Arzu Or Koca
- 13:00-13:05 **PS - 04 Türkiye’de Obezite, Diyabet ve Kardiyorenal Hastalıkların Prevelans ve Co-prevelansı: Delphi Panelden İçgörüler**
Mine Adaş, Hakan Altay, Hayriye Esra Ataoğlu, Serpil Salman, Memnune Sena Ulu, Dilek Ural, Serap Yavuzer, Canberk Başbüyük, Dicle Ece Nacitarhan, Esra Şafak Yılmaz
- 13:05-13:10 **PS - 05 İleri Karaciğer Fibrozu ve Komorbiditelerle Seyreden Morbid Obeziteli Bir Olguda Sleeve Gastrektomi Sonrası Erken Sonuçlar**
Elif Ece Doğan, Fulya Çalikoğlu, Hanife Köksal, Cemile İdiz, Nihat Aksakal, Ümmü Mutlu, Hülya Hacışahinoğulları, Gülşah Yenidünya Yalın, Özlem Soyluk Selçukbiricik, Nurdan Gül, Ayşe Kubat Üzüm, Kubilay Karşıdağ
- 13:45-15:00** **PANEL**
Hipotalamik obeziteden ileri derecede obeziteye: Yönetim yaklaşımları
Oturum Başkanları: Mine ADAŞ, Sibel GÜLDİKEN
- 13:45-14:05 Hipotalamik obezite *Selçuk DAĞDELEN*
- 14:05-14:25 İleri derecede obezite: Hedefler, sorunlar, güncel yaklaşımlar *Sibel GÜLDİKEN*
- 14:25-14:45 Obezitenin endokrin komplikasyonları ve bireyselleştirilmiş tedavi yaklaşımları *Murat YILMAZ*
- 14:45-15:00 Tartışma
- 15:00-15:45** **KONFERANS**
Oturum Başkanları: Dilek YAZICI, Gülşah YENİDÜNYA YALIN
Obezite yönetiminde gelecekte neler var? Teknoloji, teletıp, CGM ve yapay zekâ kullanımı *Oğuzhan DEYNELİ*



TÜRKİYE OBEZİTE ARAŞTIRMA DERNEĞİ

TURKISH ASSOCIATION FOR THE STUDY OF OBESITY

13 ULUSAL
OBEZİTE ve EŞLİK
EDEN HASTALIKLAR
(Diyabet, Ateroskleroz, Hipertansiyon, Hiperlipidemî)
KONGRESİ
25-28 Eylül 2025
MARRIOTT OTEL
KAPADOKYA

27 EYLÜL 2025 CUMARTESİ

15:45-16:00

Kahve arası 

16:00-16:30



evital 
MINOVA

“Obezitenin Yeni Çağı: Dijital Sağlıkla Çok Yönlü Yönetim”

Oturum Başkanı: Dilek Yazıcı

Konuşmacılar: Ceren İşeri Yolaçan , Ediz Kömüryakan

16:30-17:45

PANEL

Obezitede viseral yağlanma: Güncel tanı ve tedavi önerileri

Oturum Başkanları: Selçuk DAĞDELEN, Feray AKBAŞ

16:30-16:50

MASLD: Güncel Tanımlar ve Tedavi Yaklaşımları

Sinem KIYICI

16:50-17:10

Yağlı akciğer hastalığı:

Mustafa Kemal BALCI

Obezite ilişkili pulmoner yağlanma

17:10-17:30

Obezite ile ilişkili diğer organ yağlanmaları:

Okan BAKINER

Kalp, pankreas, böbrek ve kas yağlanması
üzerine yeni perspektifler

17:30-17:45

Tartışma

17:45-18:00

Kahve arası 

18:00-18:55

SÖZLÜ BİLDİRİLER (SS 13 - SS 23)

Oturum Başkanları: Okan BAKINER, Ömercan TOPALOĞLU

18:00-18:05

**SS - 13 Diyetle AGE Alımının Azaltılmasında Sürdürülebilir Bir
Strateji: EAT-Lancet Diyet Modeli**

*Kübra Işgın Atıcı, Büşra Turan Demirci, Süleyman Nahit Şendur,
Tomris Erbaş, Zehra Büyüktuncer Demirel*

18:05-18:10

SS - 14 Tip 2 Diyabette Eksenatid ile Kilo Kaybını Öngören Faktörler

Kübra Kocatepe, Ömercan Topaloğlu

18:10-18:15

**SS - 15 Sarkopenik Obezite Açısından 60 Yaş Üzeri Bariyatrik
Cerrahi Hastalarının Değerlendirilmesi: Tek merkez deneyimi**

*Fevkiye Nur Şener, Figen Bayraktar, Çağlasu Alageyik, Mirhan Tosun,
Hakan Seyit, Merve Güner*

18:15-18:20

SS - 16 Bu bildiri yazar tarafından geri çekilmiştir.



**TÜRKİYE OBEZİTE
ARAŞTIRMA DERNEĞİ**
TURKISH ASSOCIATION FOR THE STUDY OF OBESITY

13 ULUSAL
OBEZİTE ve EŞLİK
EDEN HASTALIKLAR
[Diyabet, Ateroskleroz, Hipertansiyon, Hiperlipidemli]
KONGRESİ
25-28 Eylül 2025
MARRIOTT OTEL
KAPADOKYA

- 18:20-18:25 **SS - 17** Tip 2 diyabetes mellitus hastalarında bariatrik cerrahi sonrası sistemik immün inflamasyon indeksi ve sistemik inflamasyon cevap indeksinin değerlendirilmesi
Elif Önder, Miray Asilsoy, Hande Peynirci
- 18:25-18:30 **SS - 18** Digenik Triallelik Obezitede Yeni Bir Genotip: Siliyopatilere Eşlik Eden Edem Obezite Gen Mutasyonları
Nergis Basmacı, Seda Hanife Oğuz, Selçuk Dağdelen
- 18:30-18:35 **SS - 19** SURMOUNT-1 çalışmasındaki prediyabetli katılımcılarda bel çevresi ve bel-boy oranındaki değişiklikler (3 yıllık takip)
Orçun Çil
- 18:35-18:40 **SS - 20** Komorbiditesi olmayan morbid obez kadın hastaların başlangıç D vitamini düzeyleri ile orlistat etkinliği arasındaki ilişki
Şerife Ezgi Doğan, Bağdagül Yüksel Güler, Safiye Kızıuşar Yılmaz, Mehdi Erdem
- 18:40-18:45 **SS - 21** Tip 2 Diyabetli Hastalarda Dulaglutid Kullanımı ve Yan Etkiler: Tek Merkez Deneyimi
Uğur Can İzlimek
- 18:45-18:50 **SS - 22** Obezitesi olan hastalarda hepatosteatozu öngörmede Homeostasis Model Değerlendirmesi-İnsülin Direnci (HOMA-IR) ve Trigliserid glukoz (TyG) indekslerinin yeri
Vahit Can Çavdar
- 18:50-18:55 **SS - 23** Tip 1 Diyabetli Bireylerde Hepatosteatoz Sıklığı ve Diyabetik Komplikasyonlar İle İlişkisi: Tek Merkezli Retrospektif Gözlemsel Çalışma
Ferhat Çetin, Dila Güzel, Zarife Tuğçe Dede, M. Temel Yılmaz, Hülya Yalın Turna
- 21:30-22:30** **Akşam atölyesi:**
Oturum Başkanı: İbrahim ŞAHİN
Yeni nesil teknolojiler ile obezite tedavisi *Ferhat ÇETİN*

27 EYLÜL 2025 CUMARTESİ



TÜRKİYE OBEZİTE ARAŞTIRMA DERNEĞİ

TURKISH ASSOCIATION FOR THE STUDY OF OBESITY

13 ULUSAL OBEZİTE ve EŞLİK EDEN HASTALIKLAR KONGRESİ

(Diyabet, Ateroskleroz, Hipertansiyon, Hiperlipidemî)

25-28 Eylül 2025
MARRIOTT OTEL
KAPADOKYA

28 EYLÜL 2025 PAZAR

08:30-09:45

PANEL

Bariatrik cerrahi sonrası komplikasyonlar: Erken ve uzun dönem yönetim stratejileri

Oturum Başkanları: *Taner BAYRAKTAROĞLU, Sinem KIYICI*

08:30-08:45

Medikal komplikasyonlar

Fulya ÇALIKOĞLU BARBAROS

08:45-09:00

Beslenme yönetimi

Zekiye Nihal ERDEM

09:00-09:15

Egzersiz ve fizyoterapi

Sıla POLAT

09:15-09:30

Cerrahi komplikasyonlar

Halit Eren TAŞKIN

09:30-09:45

Tartışma

09:45-10:30

KONFERANS

Oturum Başkanları: *Özgür DEMİR, Gülşah YENİDÜNYA YALIN*

Polikistik over sendromunda inkretin bazlı

Bülent Okan YILDIZ

tedaviler /GLP-1 reseptör agonistlerinin kullanımı

10:30-10:45

Kahve arası ☕

10:45-11:15

PANEL

Obezite tedavisinde hangisi daha etkili?

Düşük karbonhidratlı diyetler mi, düşük yağlı diyetler mi?

Oturum Başkanları: *Erman ÇAKAL, Ceren İŞERİ*

10:45-11:00

Düşük karbonhidratlı diyetler etkilidir

Elif ŞAHİNER

11:00-11:15

Düşük yağlı diyetler etkilidir

Cemile İDİZ

11:15-12:30

PANEL

Obezite merkezinin organizasyonu ve

sağlık politikalarının geliştirilmesine yönelik stratejiler

Oturum Başkanları: *Volkan Demirhan YUMUK, M. Temel YILMAZ*

11:15-11:30

Obezite merkezlerinin organizasyonu, kayıt
("Registry") ve multidipliner uzlaşi prensipleri

Alper SÖNMEZ

11:30-11:45

Medikal tedavi kriterleri

Meral MERT

11:45-12:00

Cerrahi tedavi kriterleri

Tarık Zafer NURSAL

12:00-12:15

Güncel obezite tedavisinde beslenme uzmanının rolü

Ceren İŞERİ

12:15-12:30

Tartışma

12:45-13:45

KAPANIŞ



**TÜRKİYE OBEZİTE
ARAŞTIRMA DERNEĞİ**
TURKISH ASSOCIATION FOR THE STUDY OF OBESITY

13 ULUSAL
OBEZİTE ve EŞLİK
EDEN HASTALIKLAR

(Diyabet, Ateroskleroz, Hipertansiyon, Hiperlipidemi)

KONGRESİ
MARRIOTT OTEL
KAPADOKYA

25 - 28
EYLÜL
2025

KONUŞMACI ÖZETLERİ



13 ULUSAL
OBEZİTE ve EŞLİK
EDEN HASTALIKLAR
[Diyabet, Ateroskleroz, Hipertansiyon, Hiperlipidemi]
KONGRESİ
25-28 Eylül 2025
MARRIOTT OTEL
KAPADOKYA

Bariatrik Cerrahi Sonrası Komplikasyonlar: Erken ve Uzun Dönem Yönetim Stratejileri- Beslenme Yönetimi

Doç. Dr. Nihal Zekiye Erdem

İstanbul Medipol Üniversitesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü

Giriş

Bariatrik cerrahi (BC) etkili kilo kaybı oluştururken, besin öğeleri emiliminin bozulmasına, istenmeyen durumlardan olan dumping, steatöre ve kusmaya da neden olabilmektedir. Bu yazıda, cerrahi sonrası oluşabilecek komplikasyonların önlenmesinde beslenme tedavisinin nasıl planlanacağı ve diyetisyen rolünün nasıl olacağına vurgulanması amaçlanmıştır.

Bariatrik Cerrahi Sonrası Beslenme Sorunları

Cerrahi sonrası, diyete bağlı kısa ve uzun süreli komplikasyonlar beslenme sorunlarına neden olup, nedenleri aşağıda açıklanmıştır.

Diyete Bağlı Kısa Süreli Komplikasyonlar

Beslenme programına uyulmadığı takdirde görülebilmektedir. Doğru beslenme alışkanlıklarının kazandırılmasıyla oluşumları önlenmektedir ve beslenme müdahalesi ile oluşmuş komplikasyonlar tedavi edilebilmektedir. Bunlar:

- **Dehidratasyon:** En az 950 ml, en fazla 1900 ml su/sıvı tüketilmelidir (sıvılar kafein ve şeker içermemeli).
- **Bulantı ve kusma:** Nedenleri ile önleme yöntemleri aşağıda gösterilmiştir.

Bulantı ve kusma nedenleri ile önleme yöntemleri	
Neden	Önleme
- Fazla yeme	- Porsiyon kontrolü
- Çok büyük parçalı yiyecekler	- Yiyecekler çok iyi çiğnenmeli (yutmadan önce en az 15 kez)
- Yiyecek intoleransı	- Bir kerede, bir yeni yiyecek ekle
- Striktür veya stenoz	- Diyetle önlenemez; problem cerrahi yöntemle düzeltilmeli

- **Diyare ve gaz şikâyeti:** Su tüketiminin artırılması, laktoz, yağ ve lif alımının azaltılması önerilmektedir.
- **Konstipasyon:** Sıvı alımı, asitsiz içeceklerin tüketilmesi ve diyet lifi önerilmektedir.
- **Disfaji:** Önlenmesi için; yiyecekler çok iyi çiğnenmelidir.



13 ULUSAL
OBEZİTE ve EŞLİK
EDEN HASTALIKLAR
[Diyabet, Ateroskleroz, Hipertansiyon, Hiperlipidemi]
KONGRESİ
25-28 Eylül 2025
MARRIOTT OTEL
KAPADOKYA

- **Gastroözafagial reflü hastalığı:** Öncelikle medikal tedavi uygulanır.
- **Reaktif hipoglisemi ve dumping sendromu:** Kompleks karbonhidratlar, protein (özellikle tavuk ve balık) artırılmalı ve diyetle lif eklenmelidir.
- **Yiyecek intoleransları:** Genellikle kuru, yapışkan ve lifli yiyeceklere; kırmızı etlere; ekmek, hamurlu yapıdaki nişastalı yiyeceklere ve çiğ sebzelere intoleranslar görülebilmektedir.

Diyete Bağlı Uzun Süreli Komplikasyonlar

- **Protein-enerji malnütrisyonu ve yağ malabsorbsiyonu:** Malabsorbif yöntemlerde daha yaygındır.
- **Mikro besin ögesi yetersizlikleri:** Önlenmesi için ASMBS'nin, 2019 klavuzunda BC sonrası rutin eklenmesi önerilen besin öğeleri belirtilmiştir.

Sonuç

Diyete bağlı uzun ve kısa sürede gelişen komplikasyonlar düzeltilemediği takdirde hastaların BC sonrası ağırlık kaybetmeleri azalacaktır. Uzun dönemde ağırlık kazanımı söz konusu olacaktır.



İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ
Sağlık Bilimleri Yüksekokulu
Beslenme ve Diyetetik Bölümü

Tanışma Etkinliği

- ✓ BÖLÜM BAŞKANININ AÇILIŞ KONUŞMASI
- ✓ KULÜP TANITIMI
- ✓ İKRAMLIKLAR VE OYUNLAR
- ✓ 1.SINIF DANIŞMAN HOCANIN KONUŞMASI
- ✓ BÖLÜM TANITIMI

ETKİNLİĞİMİZE
HEPİNİZ DAVETLİSİNİZ

Adres
Unkapanı Kampüs
Üst Bahçe

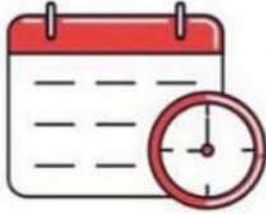
Tarih&Saat
29 Eylül 2025
10:00



SAĞLIK BİLİMLERİ YÜKSEKOKULU
BESLENME VE DİYETETİK BÖLÜMÜ

2025-2026 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI

ORYANTASYON TOPLANTISI



Saat: 12.00

Tarih: 29.09.2025



316 no'lu Derslik

Tüm sınıfların katılımı zorunludur

4

NİTELİKLİ
EĞİTİM



PLANETARY HEALTH AND SUSTAINABLE EATING: COMPARING HOSPITAL STAFF AND HEALTHCARE PROFESSIONALS

¹Emre Bayraktaroğlu, ²Eftal Geçgil Demir, ³Canel Öner Sayar, ⁴Nihal Zekiye Erdem, ⁵Nadide

Gizem Tarakçı Filiz

¹Istanbul Medipol University, College of Health Sciences, Department of Nutrition and Dietetics, Istanbul, Turkey. ORCID Code: 0000-0002-3488-0865

²Istanbul Medipol University, College of Health Sciences, Department of Nutrition and Dietetics, Istanbul, Turkey. ORCID Code: 0000-0001-7154-7714

³Istanbul Medipol University, College of Health Sciences, Department of Nutrition and Dietetics, Istanbul, Turkey. ORCID Code: 0000-0002-2277-271X

⁴Istanbul Medipol University, College of Health Sciences, Department of Nutrition and Dietetics, Istanbul, Turkey. ORCID Code: 0000-0001-7046-9515

⁵Fenerbahçe University, Faculty of Health Sciences, Department of Nutrition and Dietetics, Istanbul, Turkey. ORCID Code: 0000-0001-5449-7866

ABSTRACT

The Planetary Health Diet, developed by the EAT-Lancet Commission, is a nutrition model that not only promotes human health but also plays a key role in supporting environmental sustainability. This study aims to explore the sustainable and planet-friendly dietary behaviors of healthcare professionals and hospital staff. Participants were at least university graduates and divided into two groups: healthcare professionals (excluding dietitians) and administrative staff. Data were collected through face-to-face interviews, including demographics, food consumption records, and sustainable nutrition behaviors. Dietary intake was assessed using three-day food records analyzed with the eBEBiS program and evaluated by the Planetary Health Diet Index (PHDI). Sustainable behaviors were measured by the Sustainable and Healthy Eating Behaviors Scale (SHEBS). This study was conducted with 271 hospital employees (134 women, 49.4%; 137 men, 50.6%). Participants' mean age was 31.2 ± 8.5 years, BMI 24.5 ± 3.6 kg/m². Analysis showed homogeneous distribution by gender and occupation ($p > 0.05$), but heterogeneous by education, marital status, and income ($p < 0.001$). There was no significant differences between healthcare professionals and administrative staff in PHDI or SHEBS scores. However, gender differences emerged: women scored significantly higher than men on SHEBS total ($t = 3.76$, $p < 0.01$) and several subscales ($p < 0.05$). Analyses indicated that female healthcare professionals scored higher than male healthcare professionals and non-healthcare males, particularly in subscales related to food quality, seasonal choices, balanced diet, and local foods. No significant correlations were found between PHDI and SHEBS scores.

While professional role did not influence sustainable nutrition behaviors, gender differences were notable. Women, especially healthcare professionals, demonstrated more favorable sustainable and healthy eating behaviors compared to men. These findings highlight the need for gender-sensitive interventions to promote sustainable nutrition in hospital settings

Keywords: Planetary Health Diet, Sustainable Nutrition, Healthcare Professionals

INTERNATIONAL BALIKESIR ACADEMIC RESEARCH CONGRESS ON HEALTH SCIENCES

CONGRESS PROCEEDINGS BOOK

OCTOBER 10-12, 2025

BALIKESIR UNIVERSITY, FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BALIKESIR, TURKIYE



Participating from 36 Different Countries

Algeria, Azerbaijan, China, India, Kosovo, Mauritius, Morocco, Namibia, Nigeria, Pakistan, Philippines, Spain, Türkiye, Uzbekistan, Laos, Thailand, Egypt, England, Poland, Lithuania, South Africa, Ukraine, Malawi, Kyrgyzstan, N. Macedonia, Romania, Bangladesh, Canada, Georgia, Indonesia, Iran, Kuwait, Nepal, Portugal, Vietnam, Italy

E-ISBN: 9 7 8 - 9 9 5 2 - 8 6 0 5 - 1 - 1

DOI: <https://doi.org/10.30546/19023.978-9952-8605-1-1.2025.091>.

EDITORS

PROF. INDRAJIT BANERJEE

DR. ÖZGE ERTÜRK



BZT TURAN
PUBLISHING HOUSE

Participating from 36 Different Countries

Algeria, Azerbaijan, China, India, Kosovo, Mauritius, Morocco, Namibia, Nigeria, Pakistan, Philippines, Spain, Türkiye, Uzbekistan, Laos, Thailand, Egypt, England, Poland, Lithuania, South Africa, Ukraine, Malawi, Kyrgyzstan, N. Macedonia, Romania, Bangladesh, Canada, Georgia, Indonesia, Iran, Kuwait, Nepal, Portugal, Vietnam, Italy

**INTERNATIONAL BALIKESIR ACADEMIC
RESEARCH CONGRESS ON HEALTH
SCIENCES
PROCEEDINGS BOOK**

OCTOBER 10-12, 2025
(ONLINE & FACE TO FACE PARTICIPATION)
BALIKESIR, TÜRKİYE

E-ISBN: 9 7 8 - 9 9 5 2 - 8 6 0 5 - 1 - 1
DOI: <https://doi.org/10.30546/19023.978-9952-8605-1-1.2025.091>.

EDITORS
PROF. INDRAJIT BANERJEE
DR. ÖZGE ERTÜRK
BZT TURAN PUBLISHING HOUSE®
BAKU, AZERBAIJAN
DELAWARE, UNITED STATES



BZT TURAN
PUBLISHING HOUSE



9 789952 860511

**INTERNATIONAL BALIKESIR ACADEMIC
RESEARCH CONGRESS ON HEALTH
SCIENCES**

**OCTOBER 10-12, 2025
ONLINE & IN-PERSON PARTICIPATION
BALIKESIR, TURKIYE**

**CONGRESS PROCEEDINGS
BOOK**

EDITORS

**PROF. INDRAJIT BANERJEE
DR. ÖZGE ERTÜRK**

BZT TURAN AKADEMİ YAYINEVİ®

UNITED STATES | AZERBAIJAN

Published in Baku, Azerbaijan

TR: +90543 671 0123 GR: +994 50 300 2920

changingworldcongress@gmail.com

<https://changingworldcongress.com/>

All rights reserved

BZT TURAN AKADEMİ YAYINEVİ®
BZT TURAN ACADEMY PUBLISHING HOUSE

Publishing Date: 20.10.2025

E-ISBN: 978-9952-8605-1-1

DOI: <https://doi.org/10.30546/19023.978-9952-8605-1-1.2025.091>

**ULUSLARARASI BALIKESİR
SAĞLIK BİLİMLERİNDE
AKADEMİK ARAŞTIRMALAR
KONGRESİ
10-12 EKİM 2025
YÜZ YÜZE & ÇEVİRİMİÇİ
BALIKESİR, TÜRKİYE**

10-12 Ekim 2025 tarihlerinde ZOOM üzerinden çevrimiçi ve Türkiye'nin Balıkesir kentinde yüz yüze olarak gerçekleştirilen Uluslararası Balıkesir Sağlık Bilimlerinde Akademik Araştırmalar Kongresi **YÖK ÜAK kuralları ve üniversiteniz yönetmeliği gereği doçentlik, akademik teşvik, atama, yükselme ve lisansüstü tez yayın kriterlerini sağlamaktadır.** Toplam 905 adet bildirinin yer aldığı kongre üç gün boyunca ZOOM üzerinden çevrimiçi ve Balıkesir Üniversitesi Atatürk Kültür ve Kongre Merkezinde yüz yüze olarak gerçekleştirilmiştir.

Türkiye dışından toplam **5 farklı ülkeden açılış konuşmacısı; 36 farklı ülkeden katılım (detaylar kongre bildiri kitabında yer alan kongre programında yer almaktadır)** sağlanmış olup, 905 adet bildirinin 507 tanesi yabancı, 398 tanesi Türk katılımcı tarafından sunulmuştur. Kongrenin yabancı katılımcı oranı %56'dır.

Bu belge ilgili üniversitenin akademik teşvik komisyonuna takdim edilmesi üzerine verilmiş.

İlgili bilgilerin detayları kongre bildiri kitabının künye kısmında yer almaktadır.

Kongremize ilginiz için teşekkür ederiz.

Saygılarımızla,



Bu belge 10-12 Ekim 2025 tarihleri arasında verilmiştir.



İLETİŞİM

E-mail: balikesircongress@gmail.com

Phone: +90(543) 671 0123

<https://www.balikesircongress.com/>



CONGRESS ID

CONGRESS NAME

INTERNATIONAL BALIKESIR ACADEMIC RESEARCH
CONGRESS ON HEALTH SCIENCES

DATE AND VENUE

OCTOBER 10-12, 2025 | BALIKESIR, TURKIYE
ONLINE & IN-PERSON PARTICIPATION (URGENCH, UZBEKISTAN)
(FROM 36 DIFFERENT COUNTRIES)

*Algeria, Azerbaijan, China, India, Kosovo, Mauritius, Morocco, Namibia, Nigeria, Pakistan, Philippines, Spain,
Türkiye, Uzbekistan, Laos, Thailand, Egypt, England, Poland, Lithuania, South Africa, Ukraine, Malawi,
Kyrgyzstan, N. Macedonia, Romania, Bangladesh, Canada, Georgia, Indonesia, Iran, Kuwait, Nepal, Portugal,
Vietnam, Italy*

ORGANIZERS & PARTICIPANT INSTITUTIONS

Balıkesir University, Türkiye
Balıkesir University, Faculty of Health Sciences, Türkiye
Azerbaijan Medical University, Azerbaijan
Urgench Medical University, Uzbekistan
Azerbaijan Ministry of Health Azerbaijan
Romania Aide Sante Medical Collage, Romania
Kocaeli Health and Technology University, Türkiye
SSR Medical Collage, Romania

Presidents of Organization Committee

Prof. Dr. Sibel ERGÜN

Dr. Özge ERTÜRK

President of Scientific Committee

Prof. Dr. Sibel ERGÜN

Assoc. Prof. Dr. Serap KAYNAK

President of Coordinators' / General Coordinator

Dr. Baha Ahmet YILMAZ

ACCEPTED PAPERS

398 Turkish Participants

507 Foreign Participants

905 Total Participants

%56 Foreign Participant Rate

%44 Turkish Participant Rate

REFUSED PAPERS

39 Turkish Participants

14 Foreign Participants

EVALUATION PROCESS

**All Submissions Have Passed a Double-Blind Referee Evaluation Process
All Responsibility for the Works Belongs to the Author**



İstanbul Medipol Üniversitesi Sağlık Bilimleri
Yüksekokulu Beslenme ve Diyetetik Bölümü

MEDİBEST TANITIM STANDI

Medibest Beslenme ve Diyetetik Kulübü olarak sizleri
tanımdan mutluluk duyarız. Sağlıklı yaşamı eğlenceli
hale getiren etkinliklerimiz ve ikramlarımızla
standımızda buluşalım!

14 Ekim Salı
09.00-16.00

İstanbul Medipol Üniversitesi
Kavacık Güney Kampüs - Giriş Kat



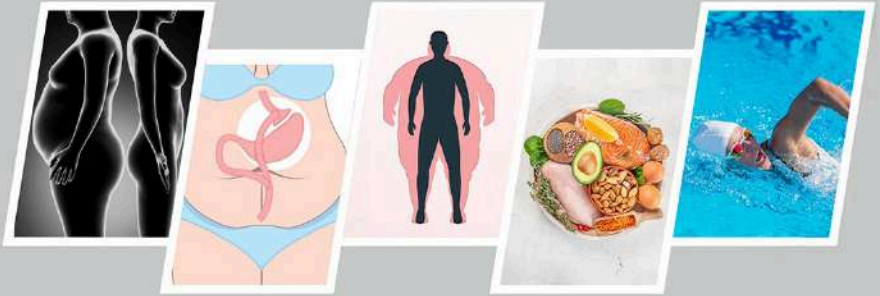
Metabolik ve Bariatrik Cerrahi (MBC) Diyetisyenliği Sertifika Programı

Tarih:

16-17 Ekim 2025

18-19 Ekim 2025

2 Modül
Workshop



İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ

☎ 0549 839 38 32 | 444 85 44

sem@medipol.edu.tr | sem.medipol.edu.tr



MEDİPOL
UNV-SEM

İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ
SÜREKLİ EĞİTİM MERKEZİ

METABOLİK VE BARIATRİK CERRAHİ (MBC) DİYETİSYENLİĞİ SERTİFİKA PROGRAMI

DÜZENLEYEN: SÜREKLİ EĞİTİM MERKEZİ TARİH: 16-19 EKİM 2025

YER: İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ GÜNEY KAMPÜS 2. KAT 203 NO'LU DERSLİK

WEB SİTESİ: www.sem.medipol.edu.tr MAİL ADRESİ: sem@medipol.edu.tr

TELEFON: 0212 453 4935



Eğitimin Adı	
METABOLİK VE BARIATRİK CERRAHİ (MBC) DİYETİSYENLİĞİ SERTİFİKA PROGRAMI	
Eğitimin Amacı	Beslenme ve diyetetik öğrencilerine ve diyetisyenlere, bariatrik cerrahi diyetisyenliği alanında; <ul style="list-style-type: none">• Teorik olarak son rehberler ile eğitim vermek• Pratikte, teorik bilgilerin nasıl kullanılacağını öğretmek• Sertifikasyon programına dahil etmek
Eğitim Programının İşleyişi <i>(Bu alanda eğitim programının kaç dersten oluşacağı, teorik eğitimlere ilave olarak pratik uygulamaların veya staj imkanlarının olup olmadığı belirtilmelidir.)</i>	Planlanan eğitim: Eğitim İstanbul Medipol Üniversitesi Sağlık Bilimleri Yüksekokulu Beslenme ve Diyetetik Bölümü ile Metabolik ve Bariatrik Cerrahi Diyetisyenliği Derneği (MBCDD), Türk Obezite Cerrahisi Derneği (TOSS) ve İstanbul Medipol Üniversitesi Sürekli Eğitim Merkezi (SEM) iş birliği ile yapılacaktır. <ul style="list-style-type: none">• 16-19 Ekim 2025 tarihlerinde hafta sonuna denk gelecek şekilde; 2 modül olarak planladı.<ul style="list-style-type: none">○ 1. Modül: 16-17 Ekim 2025○ 2. Modül: 18-19 Ekim 2025• 1. Modül kayıt, ön test ve açılış sonrası 8 panel (30 ders), 8 yuvarlak masa toplantısı olacak şekilde 08:30 – 18:30 saatleri arasına programlandı.• 2. Modül kayıt, 6 panel (18 ders), 1 workshop, 4 yuvarlak masa toplantısı, son test, kapanış ve sınavda başarılı olanlara sertifikalarının takdim edilmesi olarak 09:00 – 18:30 saatleri arasına programlandı.• Ön test ve son testler online yapılacak olup 100 puan üzerinden değerlendirilecektir. Son testten 70 puan ve üzeri alanlara E-Devlet üzerinden başarı sertifikası verilecektir.

<p>Katılımcıların Kazanımları</p> <p><i>(Katılımcıların eğitim tamamlandığında elde edecekleri yetkinlikleri belirtiniz.)</i></p>	<ul style="list-style-type: none">○ Metabolik ve bariatrik cerrahi (MBC)'ye aday hastalar bariatrik cerrahi ekibiyle takip edilmelidirler. Bu çekirdek ekip, obezite yönetiminde ve MBC'de deneyimli olmalıdır. Bu ekip, genel cerrahi uzmanı, obezite koordinatörü (bu konuda eğitilmiş hemşire), beslenme veya obezite ile uğraşan iç hastalıkları uzmanı, diyetisyen, tıbbi danışmanlar, psikolog ve psikiyatrist, anestezi uzmanı, endokrinolog, tıbbi uyku uzmanı, kardiyolog, gastroenterolog, fizik tedavi uzmanı, fizyoterapist ve ofis personelinden oluşmalıdır. Multidisipliner yaklaşımda diyetisyen kendi rolü kadar, diğer branşlarla da hangi konularda, nasıl iletişimde olması gerektiğini öğrenir.○ Cerrahi sonrası beslenme ve metabolik komplikasyonların çözümleri için: MBC ekibinin diyetisyeniyle; beslenme durumunun değerlendirilmesi, cerrahi öncesi ve sonrası diyet programlarının uygulanması, beslenme ve metabolik durumlarının izleminin gerekliliğini kılavuzlara göre öğrenir.○ MBC diyetisyeninin; ameliyat öncesi ve sonrası hastaları nasıl takip edeceğini ve hangi değerlendirme formlarını kullanacağını öğrenir.○ Pratikte vakaları ve komplikasyonları nasıl yöneteceğini öğrenir.○ Multidisipliner ekibin önemli bir üyesi olan diyetisyenle beslenme takibinin, kilo geri alımının önlenmesinde önemli rolü bulunmaktadır. Cerrahi sonrası diyetisyen hastanın beslenme sürecinin her aşamasından sorumludur. Diyetisyen tarafından sağlanan tıbbi beslenme tedavisi, hasta merkezli olup kanıta dayalı beslenme önerilerini içermelidir. Bu alanda ortak dili konuşmak ve süreci literatüre uygun yönetmek için belirlenen tedavi protokolüne hâkim olur.○ Metabolik ve bariatrik cerrahi öncesi ve sonrası beslenme yöntemlerinin gerçek olgularla anlatılacağı, multidisipliner ekip çalışmasının önemine vurgu yapan, alanda güncel konuların ele alınacağı ve konunun uzmanlarıyla tartışılacağı bilimsel oturumlardan oluşan bir sertifika programı olacaktır.
<p>Eğitimin İçeriği</p> <p><i>(Eğitim programı ile ilgili konu başlıklarını yazınız.)</i></p>	<p>METABOLİK VE BARIATRİK CERRAHİ (MBC) DİYETİSYENLİĞİ SERTİFİKA PROGRAMI</p> <ul style="list-style-type: none">○ 16-19 Ekim 2025 (Perşembe-Pazar) <p>1. MODÜL</p> <p>16 Ekim 2025 Perşembe</p> <p>08:30-09:00 Kayıt</p> <p>09:00-09:30 Ön-Test</p> <p>09:30-09:50 Açılış Konuşmaları</p> <p>Erdoğan Kunter Mustafa Taşkın Nihal Zekiye Erdem</p>

PANEL 1. Obezite Gen ilişkisi

Oturum Başkanları: Yaşar Özdenkaya-Gülgün Ersoy

10:00-10:30 Obezite paradoksu **Funda Elmacıoğlu**

10:30-11:00 Obezitenin patofizyolojisi **Indrani Kalkan**

11:00-11:20 Kahve Arası

11:20-11:40 Obezite tedavisinde kişiye özel güncel hücresel ve moleküler uygulamalar **Belgin Süsleyici**

11:40-12:00 Endüstriyel Gıdalar bencildir **Fatma Mert Biberoğlu**

12:00-12:20 Obezitede cerrahi son çare mi? **Halit Eren Taşkın**

12:20-12:30 Yuvarlak masa

12:30-13:30 Öğle Yemeği

PANEL 2. Metabolik Bariatrik Cerrahinin Tarihçesi ve Yöntemleri

Oturum Başkanları: Mustafa Taşkın-Indrani Kalkan

13:30-13:50 Bariatrik cerrahinin tarihçesi **Mustafa Taşkın**

13:50-14:10 Metabolik hastalıklarda hastaya özgü cerrahi yöntemin seçimi
Halit Eren Taşkın

14:10-14:30 Bariatrik Cerrahi Yöntemleri **Yaşar Özdenkaya**

14:30-14:40 Yuvarlak masa

PANEL 3. MBC'nin Beslenmeye Bağlı Uzun Süreli Komplikasyonları

Oturum Başkanları: Halit Eren Taşkın-Funda Elmacıoğlu

14:40-15:00 ASMBS rehberine göre sık görülen metabolik komplikasyonlar **Ali Durmuş**

15:00-15:20 Makronütrient yetersizlikleri **Nazlı Batar**

15:20-15:40 Mikronütrient yetersizlikleri **Ali Durmuş**

15:40-15:50 Yuvarlak masa

15:50-16:10 Kahve Arası

PANEL 4. MBC'nin Beslenmeye Bağlı Kısa Süreli Komplikasyonları

Oturum Başkanları: Ali Durmuş-Esra Güneş

16:10-16:30 Dehidratasyon, Bulantı ve kusma **Damla Demirtürk**

16:30-16:50 Dumping sendromu **Damla Demirtürk**

16:50-17:10 Ameliyat sonrası besin intoleransı **Berna Göbeloğlu**

17:10-17:30 MBC'de yeme bozuklukları **Selen Solaklar**

17:30-17:50 MBC'de nutrisyonel bozukluklar **Ceren İşeri**

17:50- 18:00 Yuvarlak masa

17 Ekim 2025 Cuma

PANEL 5. MBC Öncesi ve Sonrası Beslenme ve Metabolik Sorunlara Multidisipliner Çözümler (Hastanın değerlendirilmesi) -1

Oturum Başkanları: Ahmet Gökhan Türkçapar- Muazzez Garipağaoğlu

10:00-10:20 Cerrahin değerlendirmesi **Ahmet Gökhan Türkçapar**

10:20-10:40 Diyetisyenin değerlendirmesi **Nida Yıldız**

10:40-11:00 Psikoloğun değerlendirmesi **Selen Solaklar**

11:00-11:20 Egzersiz uzmanının değerlendirmesi **Bürke Köksalan**

11:20-11:30 Yuvarlak masa

11:30-11:50 Kahve Arası

PANEL 6. MBC Öncesi ve Sonrası Beslenme ve Metabolik Sorunlara Multidisipliner Çözümler-2

Oturum Başkanları: Ahmet Gökhan Türkçapar-Binnur Okan Bakır

11:50-12:10 Ameliyat öncesi zayıflama **Demet Özelgün Özsu**

12:10-12:30 MBC sonrası hangi komplikasyonlarda diyetisyen desteği **Ahmet Gökhan Türkçapar**

12:30-12:50 MBC'de Enteral-Parenteral Nutrisyon *Cerrahi sonrası hemen erken (0-5 gün) ve uzun dönemde* **Nihal Zekiye Erdem**

12:50-13:00 Yuvarlak masa

13:00-14:00 Öğle Yemeği

PANEL 7. Diyet Programları ve Beslenme Desteği

Oturum Başkanları: Fatih Mehmet Avcı- Eftal Geçgil Demir

14:00-14:20 Makro besin öğeleri gereksinimleri (+Sıvı) **Demet Özelgün Özsu**

14:20-14:40 MBC'de dört aşamalı diyet **Elif Mızrak**

14:40-15:00 Diyetlerde genel öneriler ve beslenme durumunun izlemi **Rüken Aşınur Samancı**

15:00-15:20 Bariatrik besin piramidi **Fatma Mert Biberöglü**

15:20-15:30 Yuvarlak masa

15:30-15:50 Kahve Arası

PANEL 8. Revizyonel Cerrahi

Oturum Başkanları: Fatih Mehmet Avcı-Nadide Gizem Tarakçı Filiz

15:50-16:10 Revizyonel Cerrahi Yaşar **Özdenkaya**

16:10-16:30 Revizyonel Cerrahide beslenme stratejileri **Nida Yıldız**

16:30-16:40 Yuvarlak masa

2. MODÜL

18 Ekim 2025 Cumartesi

PANEL 1. MBC Olgu Sunumları-1

Oturum Başkanları: Fitnat Şule Şakar-Emel Alphan

10:00-10:20 Mide Bandı-RYGB (Redo Cerrahi) **Nihal Zekiye Erdem**

10:20-10:40 Diyabetik **Ahmet Akbulut**

10:40-11:00 Sleeve Gastrektomi (SG) **Berna Melis Hepgüler**

11:00-11:20 SG Sonrası Gebe **Hafize Kovancı**

11:20-11:40 Kahve Arası

PANEL 2. MBC Olgu Sunumları-2

Oturum Başkanları: Fitnat Şule Şakar- Fatma Mert Biberöglü

11:40-12:00 Balon **Merve Taşkın Karafil**

12:00-12:20 Kilo geri alımı olan **Senanur Kaçar**

12:20-12:40 Komplikasyonlu olgu **Ayşe Kübra Çalışkan**

12:40-13:00 Reaktif hipoglisemili olgu **Arif Kaçan**

13:00-13:10 Yuvarlak masa

13:10-14:10 Öğle Yemeği

PANEL 3. MBC'de Uzun Dönem Sonuçlar

Oturum Başkanları: Yaşar Özdenkaya-Canel Öner Sayar

14:10-14:30 Diyetisyen takiplerinin uzun dönem klinik sonuçlara etkisi

Ayşe Kübra Çalışkan

14:30-14:50 MBC sonrası kas kaybının önlenmesi **Seher Şen**

14:50-15:10 Uzun dönem kilo geri alımında mikrobiyota ve pre-probiyotiklerin yeri **İdil Alpat**

15:10-15:30 MBC sonrası uzun dönemde kilo geri alımını önleyen beslenme davranışları **Nihal Zekiye Erdem**

15:30-15:40 Yuvarlak masa

15:40-16:00 Kahve Arası

PANEL 4. MBC Sonrası Merak Edilenler-1

Oturum Başkanları: Canel Öner Sayar- Fatma Mert Biberöglü

16:00-16:20 Beslenme kalitesi **Emre Bayraktaroğlu**

16:20-16:40 Tat-duyu değişiklikleri **Canel Öner Sayar**

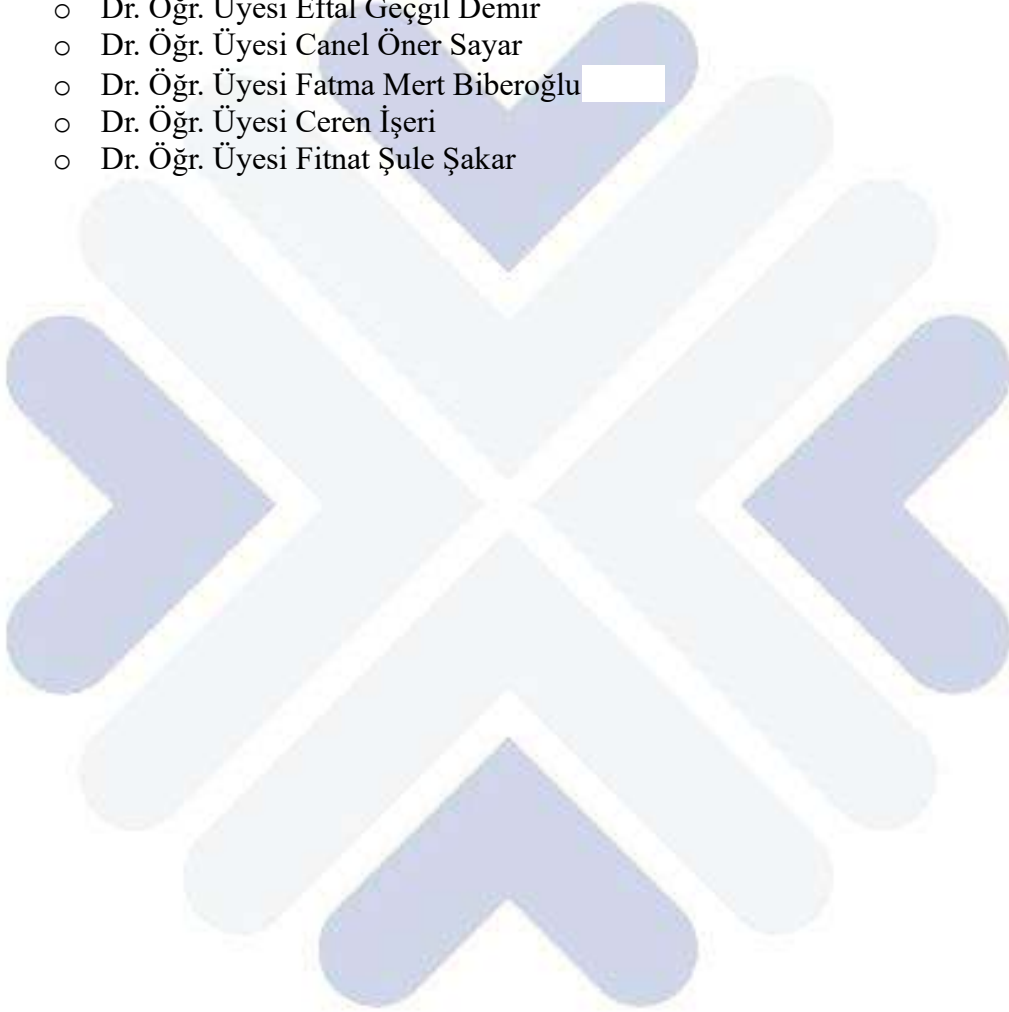
16:40-16:50 Yuvarlak masa

	<p>19 Ekim 2025 Pazar</p> <p>PANEL 5. BMC Sonrası Merak Edilenler-2</p> <p>Oturum Başkanları: Feray Akbaş-Abdullah Şişik</p> <p>10:00-10:20 Kolajen Rükem Aşınur Samancı</p> <p>10:20-10:40 Hormonlar Feray Akbaş</p> <p>10:40-11:20 Obezite cerrahisinde farkındalıklı beslenme pratiğinin yeri Neslihan Özdemir-Christophe Adil Fernandez</p> <p>11:20-11:30 Yuvarlak masa</p> <p>12:00-13:00 Öğle Yemeği</p> <p>PANEL 6. Workshop (Bariatrik Tarifler)</p> <p>Oturum Başkanları: Emre Bayraktaroğlu- Ceren İşeri</p> <p>13:00-14:00 1. Tarif Ayça Kayadibi</p> <p>14:00-15:00 2. Tarif Rükem Aşınur Samancı</p> <p>15:00-16:00 3. Tarif Nida Yıldız</p> <p>16:00-17:00 4. Tarif Berna Melis Hepgüler</p> <p>17:00-17:30 Son-Test</p> <p>17:30-18:00 Kapanış-Sertifika Dağıtımı</p>
<p>Kimler için? (Eğitim programının özellikle hitap ettiği veya etmesi gereken bir kitle var mı?)</p>	<ul style="list-style-type: none">○ Beslenme ve Diyetetik Bölümü 3 ve 4. Sınıf Öğrencileri○ Diyetisyenler
<p>Eğitmen / Eğitmenler Hakkında (Bu bölümde, eğitimci veya eğitimciler hakkında kısa bir bilgilendirme yazılması gerekmektedir.)</p>	<ul style="list-style-type: none">○ Hekim- cerrah○ Diyetisyen○ Psikolog○ Fizyoterapist○ Egzersiz uzmanı <p>Konuşma yapacak her eğitmenin en az 2 yıl bariatrik cerrahi alanında çalışmış olması gereklidir.</p>

Eğitim Programı İşleyiş Detayları (Toplam kaç saat, hangi günler vb.)	TOPLAM SAAT (GÜN):	23 saat / 4 gün
	EĞİTİM GÜNLERİ VE SAATİ:	1. Modül: <ul style="list-style-type: none"> • 16 Ekim 2025 Saat: 08:30-18:30 • 17 Ekim 2025 Saat: 10:00-17:30 2. Modül: <ul style="list-style-type: none"> • 18 Ekim 2025 Saat: 09:00-18:30 • 19 Ekim 2025 Saat: 10:00-18:30
	KATILIMCI SAYISI:	170
	Konuşmacı ve görevli sayısı:	45

- **Metabolik ve Bariatrik Cerrahi (MBC) Diyetisyenliği Sertifika Programı Başkanı:**
Doç. Dr. Nihal Zekiye Erdem
- **Metabolik ve Bariatrik Cerrahi (MBC) Diyetisyenliği Sertifika Programı Türk Obezite Cerrahisi Derneği (TOSS) Başkanı:** Prof. Dr. Mustafa Taşkın
- **Metabolik ve Bariatrik Cerrahi (MBC) Diyetisyenliği Sertifika Programı Bilimsel Sekreteryası:**
 - Öğr. Gör. Rüken Aslınur Samancı
 - Arş. Gör. Rabia Melda Karaağaç
- **Metabolik ve Bariatrik Cerrahi (MBC) Diyetisyenliği Sertifika Programı Düzenleme Kurulu:**
 - Doç. Dr. Nihal Zekiye Erdem
 - Dr. Dyt. Fatma Kahraman Gök
 - Dr. Öğr. Üyesi Fatma Mert Biberoğlu
 - Dr. Öğr. Üyesi Ceren İşeri
 - Dyt. Ayça Kayadibi
 - Dr. Öğr. Üyesi Emre Bayraktaroğlu
 - Uzm. Dyt. Demet Özelgün Özsu
- **Metabolik ve Bariatrik Cerrahi (MBC) Diyetisyenliği Sertifika Programı Bilim Kurulu:**
 - Prof. Dr. Mustafa Taşkın
 - Prof. Dr. Fatih Mehmet Avşar
 - Prof. Dr. Funda Elmacıoğlu
 - Prof. Dr. Gülgün Ersoy
 - Prof. Dr. Erdoğan Kunter
 - Prof. Dr. Emel Alphan

- Prof. Dr. Belgin Süsleyici
- Prof. Dr. Ahmet Gökhan Türkçapar
- Prof. Dr. Muazzez Garipağaoğlu
- Prof. Dr. Esra GneŖ
- Doç. Dr. Nihal Zekiye Erdem
- Doç. Dr. Feray AkbaŖ
- Doç. Dr. Halit Eren TaŖkm
- Doç. Dr. YaŖar zdenkaya
- Doç. Dr. Binnur Okan Bakır
- Doç. Dr. Nazlı Batar
- Doç. Dr. Indrani Kalkan
- Dr. ÖĞr. Üyesi Nadide Gizem Tarakçı Filiz
- Dr. ÖĞr. Üyesi Eftal Geçgil Demir
- Dr. ÖĞr. Üyesi Canel ner Sayar
- Dr. ÖĞr. Üyesi Fatma Mert BiberĞlu
- Dr. ÖĞr. Üyesi Ceren İŖeri
- Dr. ÖĞr. Üyesi Fitnat Ŗule Ŗakar



METABOLİK VE BARIATRİK CERRAHİ (MBC) DİYETİSYENLİĞİ SERTİFİKA PROGRAMI

1. MODÜL

16 EKİM 2025 PERŞEMBE

08.30-09.00

Kayıt

09.00-09.30

Ön Test

09.30-09.50

Açılış Konuşmaları
Prof. Dr. Erdoğan Kunter
Prof. Dr. Mustafa Taşkın
Doç. Dr. Nihal Zekiye Erdem

PANEL 1: OBEZİTE GEN İLİŞKİSİ

Oturum Başkanları

Doç. Dr. Yaşar Özdenkaya
Prof. Dr. Gülgün Ersoy

10.00-10.30

Obezite Paradoksu
Prof. Dr. Funda Elmacioğlu

10.30-11.00

Obezitenin Patofizyolojisi
Doç. Dr. Indrani Kalkan

11.00-11.20

Kahve Arası

11.20-11.40

Obezite Tedavisinde Kişiyeye Özel Güncel Hücresel ve Moleküler Uygulamalar
Prof. Dr. Belgin Süsleyici

11.40-12.00

Endüstriyel Gıdalar Bencildir
Dr. Öğr. Üyesi Fatma Mert Biberöğlü

12.00-12.20

Obezitede Cerrahi Son Çare Mi?
Doç. Dr. Halit Eren Taşkın

12.20-12.30

Yuvarlak Masa

12.30-13.30

Öğle Yemeği

PANEL 2: METABOLİK BARIATRİK CERRAHİNİN TARİHÇESİ VE YÖNTEMLERİ

Oturum Başkanları

Prof. Dr. Mustafa Taşkın
Doç. Dr. Indrani Kalkan

13.30-13.50

Bariatrik Cerrahinin Tarihçesi
Prof. Dr. Mustafa Taşkın

13.50-14.10

Metabolik Hastalıklarda Hastaya Özgü Cerrahi Yöntemin Seçimi
Doç. Dr. Halit Eren Taşkın

14.10-14.30

Bariatrik Cerrahi Yöntemleri
Doç. Dr. Yaşar Özdenkaya

14.30-14.40

Yuvarlak Masa

PANEL 3: MBC'NİN BESLENMEYE BAĞLI UZUN SÜRELİ KOMPLİKASYONLARI

Oturum Başkanları	Doç. Dr. Halit Eren Taşkın Prof. Dr. Funda Elmacıoğlu
14.40-15.00	ASMBS Rehberine Göre Sık Görülen Metabolik Komplikasyonlar Doç. Dr. Ali Durmuş
15.00-15.20	Makronütrient Yetersizlikleri Doç. Dr. Nazlı Batar
15.20-15.40	Mikronütrient Yetersizlikleri Doç. Dr. Ali Durmuş
15.40-15.50	Yuvarlak Masa
15.50-16.10	Kahve Arası

PANEL 4: MBC'NİN BESLENMEYE BAĞLI KISA SÜRELİ KOMPLİKASYONLARI

Oturum Başkanları	Doç. Dr. Ali Durmuş Prof. Dr. Esra Güneş
16.10-16.30	Dehidratasyon, Bulantı ve Kusma Uzm. Dyt. Damla Demirtürk
16.30-16.50	Dumping Sendromu Uzm. Dyt. Damla Demirtürk
16.50-17.10	Ameliyat Sonrası Besin İntoleransı Dyt. Berna Göbeloğlu
17.10-17.30	MBC'de Yeme Bozuklukları Psikolog Selen Solaklar
17.30-17.50	MBC'de Nütrisyonel Bozukluklar Dr. Öğr. Üyesi Ceren İşeri
17.50- 18.00	Yuvarlak Masa

17 EKİM 2025 CUMA**PANEL 5: MBC ÖNCESİ VE SONRASI BESLENME VE METABOLİK SORUNLARA MULTİDİSİPLİNER ÇÖZÜMLER (HASTANIN DEĞERLENDİRİLMESİ) 1**

Oturum Başkanları	Prof. Dr. Ahmet Gökhan Türkçapar Prof. Dr. Muazzez Garipagaoglu
10.00-10.20	Cerrahin Değerlendirmesi Prof. Dr. Ahmet Gökhan Türkçapar
10.20-10.40	Diyetisyenin Değerlendirmesi Uzm. Dyt. Nida Yıldız
10.40-11.00	Psikoloğun Değerlendirmesi Psikolog Selen Solaklar

11.00-11.20	Egzersiz Uzmanının Değerlendirmesi Dr. Bürke Köksalan
11.20-11.30	Yuvarlak Masa
11.30-11.50	Kahve Arası
PANEL 6: MBC ÖNCESİ VE SONRASI BESLENME VE METABOLİK SORUNLARA MULTİDİSİPLİNER ÇÖZÜMLER 2	
Oturum Başkanları	Prof. Dr. Ahmet Gökhan Türkçapar Doç. Dr. Binnur Okan Bakır
11.50-12.10	Ameliyat Öncesi Zayıflama Uzm. Dyt. Demet Özelgün Özsü
12.10-12.30	MBC Sonrası Hangi Komplikeasyonlarda Diyetisyen Desteği Prof. Dr. Ahmet Gökhan Türkçapar
12.30-12.50	MBC'de Enteral-Parenteral Nutrisyon Cerrahi Sonrası Hemen Erken (0-5 Gün) ve Uzun Dönemde Doç. Dr. Nihal Zekiye Erdem
12.50-13.00	Yuvarlak Masa
13.00-14.00	Öğle Yemeği
PANEL 7: DİYET PROGRAMLARI VE BESLENME DESTEĞİ	
Oturum Başkanları	Prof. Dr. Fatih Mehmet Aşşar Dr. Öğr. Üyesi Eftal Geçgil Demir
14.00-14.20	Makro Besin Ögeleri Gereksinimleri (+Sıvı) Uzm. Dyt. Demet Özelgün Özsü
14.20-14.40	MBC'de Dört Aşamalı Diyet Arş. Gör. Uzm. Dyt Elif Mızrak
14.40-15.00	Diyetlerde Genel Öneriler ve Beslenme Durumunun İzlemi Öğr. Gör. Rüken Aslınur Samancı
15.00-15.20	Bariatrik Besin Piramidi Dr. Öğr. Üyesi Fatma Mert Biberoglu
15.20-15.30	Yuvarlak Masa
15.30-15.50	Kahve Arası
PANEL 8: REVİZYONEL CERRAHİ	
Oturum Başkanları	Prof. Dr. Fatih Mehmet Aşşar Dr. Öğr. Üyesi Nadide Gizem Tarakçı Filiz
15.50-16.10	Revizyonel Cerrahi Doç. Dr. Yaşar Özdenkaya
16.10-16.30	Revizyonel Cerrahide Beslenme Stratejileri Uzm. Dyt. Nida Yıldız
16.30-16.40	Yuvarlak Masa

2. MODÜL

18 EKİM 2025 CUMARTESİ

PANEL 1: MBC OLGU SUNUMLARI 1

Oturum Başkanları	Dr. Öğr. Üyesi Fitnat Şule Şakar Prof. Dr. Emel Alphan
10.00-10.20	Mide Bandı-RYGB (Redo Cerrahi) Doç. Dr. Nihal Zekiye Erdem
10.20-10.40	Diyabetik Dyt. Ahmet Akbulut
10.40-11.00	Sleeve Gastrektomi (SG) Dyt. Berna Melis Hepgüler
11.00-11.20	SG Sonrası Gebe Uzm. Dyt. Hafize Kovancı
11.20-11.40	Kahve Arası

PANEL 2: MBC OLGU SUNUMLARI 2

Oturum Başkanları	Dr. Öğr. Üyesi Fitnat Şule Şakar Dr. Öğr. Üyesi Fatma Mert Biberoglu
11.40-12.00	Balon Dyt. Merve Taşkın Karafil
12.00-12.20	Kilo Geri Alımı Olan Dyt. Senanur Kaçar
12.20-12.40	Komplikasyonlu Olgu Dyt. Ayşe Kübra Çalışkan
12.40-13.00	Reaktif Hipoglisemili Olgu Dyt. Arif Kaçan
13.00-13.10	Yuvarlak masa
13.10-14.10	Öğle Yemeği

PANEL 3: MBC'DE UZUN DÖNEM SONUÇLAR

Oturum Başkanları	Doç. Dr. Yaşar Özdenkaya Dr. Öğr. Üyesi Canel Öner Sayar
14.10-14.30	Diyetisyen Takiplerinin Uzun Dönem Klinik Sonuçlara Etkisi Dyt. Ayşe Kübra Çalışkan
14.30-14.50	MBC Sonrası Kas Kaybının Önlenmesi Uzm. Dyt. Seher Dalı Şen
14.50-15.10	Uzun Dönem Kilo Geri Alımında Mikrobiyota ve Pre-Probiyotiklerin Yeri Öğr. Gör. İdil Alpat Yavaş
15.10-15.30	MBC Sonrası Uzun Dönemde Kilo Geri Alımını Önleyen Beslenme Davranışları Doç. Dr. Nihal Zekiye Erdem

15.30-15.40	Yuvarlak Masa
15.40-16.00	Kahve Arası
PANEL 4: MBC SONRASI MERAK EDİLENLER 1	
Oturum Başkanları	Dr. Öğr. Üyesi Canel Öner Sayar Dr. Öğr. Üyesi Fatma Mert Bibereroğlu
16.00-16.20	Beslenme Kalitesi Dr. Öğr. Üyesi Emre Bayraktaroğlu
16.20-16.40	Tat, Duyu Değişiklikleri Dr. Öğr. Üyesi Canel Öner Sayar
16.40-16.50	Yuvarlak Masa
19 EKİM 2025 PAZAR	
PANEL 5: BMC SONRASI MERAK EDİLENLER 2	
Oturum Başkanları	Doç. Dr. Feray Akbaş Prof. Dr. Abdullah Şişik
10.00-10.20	Kolajen Öğr. Gör. Rüken Aslınur Samancı
10.20-10.40	Hormonlar Doç. Dr. Feray Akbaş
10.40-11.20	Obezite Cerrahisinde Farkındalıklı Beslenme Pratiğinin Yeri Dyt. Neslihan Özdemir Dyt. Christophe Adil Fernandez
11.20-11.30	Yuvarlak Masa
12.00-13.00	Öğle Yemeği
PANEL 6: WORKSHOP (BARİATRİK TARİFLER)	
Oturum Başkanları	Dr. Öğr. Üyesi Emre Bayraktaroğlu Dr. Öğr. Üyesi Ceren İşeri
13.00-14.00	1. Tarif Arş. Gör. Uzm. Dyt Elif Mızrak
14.00-15.00	2. Tarif Öğr. Gör. Rüken Aslınur Samancı
15.00-16.00	3. Tarif Uzm. Dyt. Nida Yıldız
16.00-17.00	4. Tarif Dyt. Berna Melis Hepgüler
17.00-17.30	Son Test
17.30-18.00	Kapanış-Sertifika Dağıtımı

YOGA & MATCHA

26 EKİM
10:00-13:00



MATIN VE İÇECEĞİN BİZDEN!

Medibest. Kulübü & The Harmony Club ile sizleri huzur dolu bir etkinliğe davet ediyoruz.

KAYIT İÇİN BİODAKİ LINK

HOLY CUP COFFEE DOLMABAĞÇE



İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ YÜKSEKOKULU
BESLENME VE DİYETETİK BÖLÜMÜ



KONUŞMACI
DOÇ.DR.CEMİLE İDİZ

İSTANBUL TIP FAKÜLTESİ,
İÇ HASTALIKLARI ANA BİLİMLERİ DALI,
ENDOKRİNOLOJİ VE METABOLİZMA HASTALIKLARI BİLİM DALI

TIP I DİYABETLİ BİREYLERDE BESLENME TEDAVİSİ VE KARBONHİDRAT SAYIMI



İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ
UNKAPANI KAMPÜS
AMFİ: Z12



24 KASIM 2025 PAZARTESİ

**Diyabet Günü için giriş katta açacağımız standımıza
13:00-14:00 da hepinizi bekliyoruz.**



PROGRAM AKIŞI

13:00-13:10

- **AÇILIŞ KONUŞMASI**
- **DOÇ.DR.NİHAL ZEKIYE ERDEM**

13:10-13:40

- **TİP 1 DİYABETLİ BİREYLERDE BESLENME TEDAVİSİ VE KARBONHİDRAT SAYIMI**
- **DOÇ.DR.CEMİLE İDİZ**

13:40-14:00

- **TİP 1 DİYABET İLE YAŐAMAK**
- **SAĞLIK BİLİMLERİ YÜKSEKOKULU BESLENME VE DİYETETİK BÖLÜMÜ
2.SINIF ÖĞRENCİSİ EDA ÇOLAK**

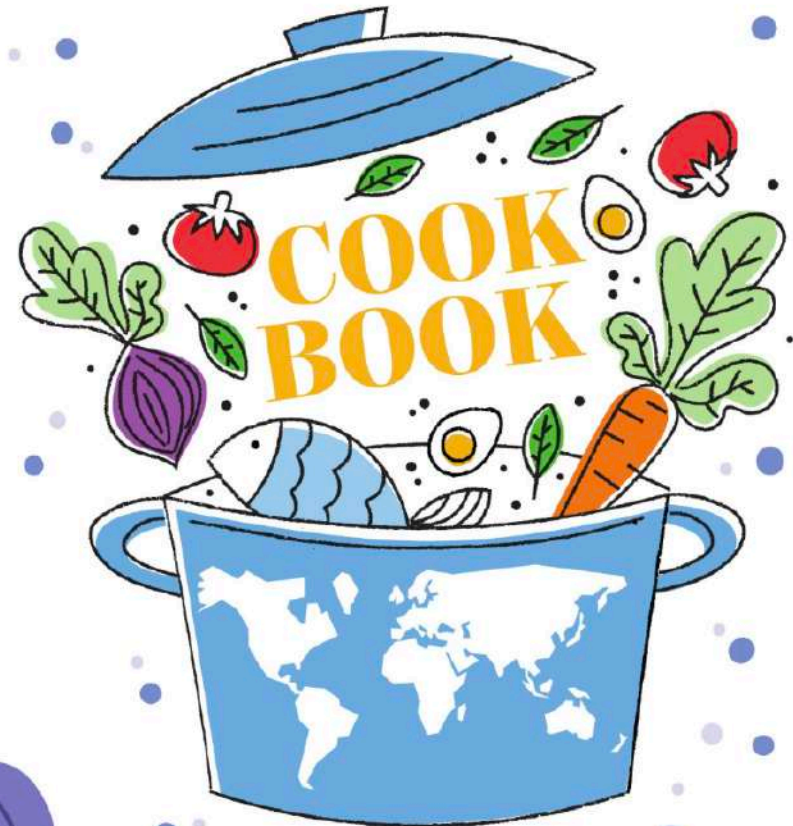


 **IFSO**
COOKBOOK
International
Healthy Recipes
Vol.3

www.ifso.com



IFSO - INTERNATIONAL HEALTHY RECIPES VOL. 3



International
Healthy Recipes
Vol.3

Silvia Leite, Mary O'Kane,
Andrea Schroeder



COOKBOOK

International Healthy Recipes

Vol.3

Silvia Leite

Mary O'Kane

Andrea Schroeder

Copyright © 2024.
All rights reserved.

Book editing: Manuela Mazarella, Stefanie D'Arco

International Federation for the Surgery
of Obesity and metabolic disorders (IFSO)
Rione Sirignano, 5
80121 Naples, Italy
www.ifso.com
secretariat@ifso.com

ISBN 978-88-944666-8-3

Foreword

After 25 years of working closely alongside people who have had metabolic and bariatric surgery, I recognise the importance of having essential resources such as the delicious recipes found in cookbooks like these, that follow the guidelines taught by dietitians and nutritionists world-wide, assisting people daily in their journey after surgery.

Who other than passionate and experienced dietitians and clinicians from around the world, to gather, submit, analyse, and publish an international recipe book that is destined for all areas of the globe, to encourage and promote healthy eating.

I look forward to being able to try each of these mouth-watering recipes, endorsed and authored by such dedicated professionals and colleagues from the International Federation for the Surgery of Obesity and Metabolic Disorders (IFSO).



Andrea Schroeder
President Elect
IFSO Integrated Health Section

A handwritten signature in black ink that reads "Andrea Schroeder".

Preface

It is with great pleasure that we introduce the **IFSO 2024 Cookbook**, the third in the IFSO collection. Although written for people living with overweight or obesity, and those undergoing metabolic and bariatric surgery, the recipes for healthy and nutritious meals will appeal to everyone.

This has been an IFSO global initiative with all members, plus their family, friends, and patients being invited to submit recipes. Consequently, recipes were received from over 15 countries reflecting our different foods and cultures. IFSO Integrated Health dietitians/nutritionists reviewed and judged the recipes. The best recipes were selected for publication and will tempt everyone's appetite.

We are very grateful to the authors for their engagement and contributions and making this important project possible. A huge thanks also to the IFSO dietitians/nutritionists who freely gave their time in reviewing and judging the entries. These include: Eri Kikkawa (Japan, IFSO APC), Célia Aparecida Valbon Beleli (Brazil, IFSO LAC), Madhawi Aldhwayan (Saudi Arabia, IFSO MENAC), Mariam Lakdawala (India, IFSO APC), Violeta Moize (Spain, IFSO EC), Julie Parrott (USA, IFSO NAC), Silvia Leite (Brazil, IFSO LAC), Mary O'Kane (UK, IFSO EC). In addition, a special thank you to Manuela Mazzarella and Stefanie D'Arco at IFSO for all their support behind the scenes.

We hope that you will enjoy trying the recipes and will share details of this cookbook with your colleagues, patients and friends.



Silvia Leite
President

IFSO Integrated Health Section

Silvia Leite



Mary O'Kane

Past President
IFSO Integrated Health Section

Mary P. M. O'Kane

Index

ASIA PACIFIC CHAPTER

Chawanmushi - Savoury Egg Custard with Soy Milk and Green Soy Beans	Ayu Okumura	10
Dried Tofu Rolls	Soojin Yoon, Eunsun Kim, Jiyeon Park	12
Eggplant Halim Grilled	Farnaz Farsi, Shahab Shahabi	14
High Protein Kebab	Daksha Chitale	16
Kookoo Sabzi	Farnaz Farsi, Shahab Shahabi	18
 Lentil and Oatmeal Barrels with Cocktail Curd	Ritika Samaddar	20
Mix Vegetables Chicken Platter	Gunjan Raghuwanshi	22
Pea Hummus Devilled Eggs	Ritika Samaddar	24
Pumpkin Wrapped Salmon with Roasted Leeks, Cherry Tomatoes, Green Olives and Garlic Salsa	Chef Eddie Uzan and the WLSA Dietitian Team	26
Spinach Millet Roll	Parul Soni	28
Steamed Barramundi in Ti Leaves with Asian Pesto and Green Vegetables	Chef Eddie Uzan and the WLSA Dietitian Team	30
Steamed Zucchini with Shrimp	Soojin Yoon, Eunsun Kim, Jiyeon Park	32
Sweet Pumpkin Egg Bread	Soojin Yoon, Eunsun Kim, Jiyeon Park	34
Tofu Scramble	Jeremy Tan, Jessica Ong, Joanna Tan	36
Tofu with Onsen Egg and Edamame	Jeremy Tan, Jessica Ong, Joanna Tan	38

Index

EUROPEAN CHAPTER

Akitma	Nihal Zekiye Erdem, Hamdiye Sultan Tolan, İlsu Aldatmaz	40
Banana Bread Express	Beatriz Vireira, Zélia Santos, Mónica Bettencourt Ramalha, Carina Rossoni, Rossela Bragança, Rui Ribeiro	42
Cabbage Rolls with Chicken	Yeliz Yilmaz	44
Chicken Couscous	Fany Chappuis, Damien Carrupt, Sugan Singh	46
Chicken Fajita Traybake	Pippa Gibson	48
Chocolate Muffins from Chickpeas	Aleksandra Budny	50
Fish Balls in Tomato Sauce with Quinoa	Aleksandra Budny	52
Fresh White Beans with Scarlet Shrimps	Débora Acín Gándara	54
Fruit & Oat Scones	Angela Chesworth	56
High Protein Pancakes with Apple	Aleksandra Budny	58
High Protein Cherry Smoothie	Aleksandra Budny	60
High Protein Tropical Smoothie	Aleksandra Budny	62
Müçver	Nihal Zekiye Erdem, Hamdiye Sultan Tolan, İlsu Aldatmaz	64
Mushroom Menemen	Umut R. Gündüz, Nazlican Karadağ	66
Nutritious Kale Soup	Venus Coskun, Metin Basaranoglu	68
Oat Bar with Mixed Berries	Filique Martens	70
Pea Cream with Egg White Topping	Beatriz Vieira, Zélia Santos, Mónica Bettencourt Ramalha, Carina Rossoni, Rossela Bragança, Rui Ribeiro	72
Pennette with Sea Bass and Artichokes Ragout	Emmanuele Giglio	74

The Quicky Breakfast	Fany Chappuis, Damien Carrupt, Sugan Singh	76
Red Curry with Whole Wheat Couscous and Chicken Thigh	Sophie Breemans	78
Rolls with Salmon and Cottage Cheese	Kinga Majkrzak, Aleksandra Kulach, Ilona Kawa	80
Sea Bream "Acqua Pazza"	Emmanuele Giglio	82
Tomato Soup with Cooked Salmon	Aleksandra Budny	84
Vegan Tofu Chocolate Pudding	Kinga Majkrzak, Aleksandra Kulach, Ilona Kawa	86
Watercress, Spinach, Broad Bean and Mint Soup	George Hamlyn Williams	88

LATIN AMERICAN CHAPTER

Cauliflower-Based Pizza	Tamara Arellano Rivera	90
Chicken Lettuce Taco	Linda Cardona	92
Chicken Mortadella	Daisy Barrios Cornejo	94
Chickpea Quiche	Tatiana Souza Alvarez	96
Chocolate and Strawberry Protein Dessert	Antonietta Latorre Gardilic	98
Cochayuyo Seaweed Ceviche	Cecilia Catalán Mora, Verónica Carrión Geisse, Francisca Fuentes Leal	100
Crab & Avocado Timbale with Lettuce	Cherie Núñez Benavides, Dina Márquez Briceño	102
Soft Creamy Tomato Soup Accompanied by Chicken Medals	Natalia Calderón	104
Cucumber and Mint Gazpacho (Cold Soup)	Tamara Alvear Ochoa, Luis Jimenez Bravo	106
Grilled Golden Fish with Chard Omelette	Natalia Camara Molina, María Paz Rosales	108

Grilled Tilapia with Quinoa Salad, Broccoli & Cashew Nuts	Celia Beleli	110
Korean Style Pork Lettuce Tacos	Bárbara Barrera Aylwin	112
Lentil Stew	Karina Hociko	114
Marinated Fish & Shrimp	German Pineres	116
Mini Fish Pies with Cream Cheese	Belmira Silva Faria e Souza	118
My Favorite Powerful Quinoa Bowl	Ana Laura Cattaneo	120
Piña Colada Protein Smoothie	Linda Cardona	122
Pineapple Delight	Karina Hociko	124
Quinoa Chaufa	Steffany Díaz Yoshisato	126
Special Meatball	Tatiana Souza Alvarez	128
Tuna and Vegetable Timbale	Ornella Allegro González, Catalina Echenique, Carla Novoa, Jessica Palacios	130

NORTH AMERICAN CHAPTER

Grilled Vegetable Quinoa Salad	Beth A. Czerwony	132
High Protein Chocolate Avocado Mousse	Kim B Knopp	134
Marinated Salmon Topped with Avocado and Red Raspberries	Kim B Knopp	136
Moroccan Inspired Vegetable and Chickpea Stew	Beth A. Czerwony	138
Toasted Edamame	Jessica Nargi	140

Chawanmushi – Savoury Egg Custard with Soy Milk and Green Soy Beans

Ayu Okumura

Registered Dietitian
Department of Nutritional Management, Center for Obesity, Diabetes and Endocrinology,
Chibune General Hospital
Osaka City, Osaka, Japan

Suitable for both people living with overweight and obesity, and following bariatric surgery (soft phase).

Preparation

Number of servings: 2
Preparation time: 30 minutes

Ingredients

- 2 eggs
- 100ml soy milk
- 60g green soy beans, boiled/no pods
- 20g kamaboko
- 5g soy sauce
- 5g sweet sake
- 200ml dashi soup



Cooking Instructions

1. Serve green soy beans from the pods and grind into a paste with a mixer.
2. Mix eggs, soy milk and seasonings and strain.
3. Mix the egg liquid with soy beans puree, pour into the vessel.
4. Arrange the dishes in a steamer and slowly steam over low heat for 20 minutes.
5. Finish by garnishing with green soy beans and kamaboko.

Cooking Instructions

1. Gather all the ingredients.
2. Bring 2 cups of water to a small pot and boil over medium-high heat.
3. Add frozen edamame in the boiling pot and cook for 4 minutes.
4. Add 1 refrigerated egg in the same boiling pot and cook for 6 minutes (lower heat to avoid bubbling on water surface).
5. After 4 minutes, remove edamame from pot and drain excess water.
6. Gently squeeze soy beans out of pods and set it aside.
7. After 6 minutes, remove egg from pot and soak in iced water for 3 minutes.
8. In the same boiling pot, add tofu in to boil for 3 minutes.
9. Remove tofu from pot, drain excess liquid and lay on a plate.
10. Gently peel the egg shell.
11. Add edamame over tofu, follow up onsen egg.
12. Mix all ingredient for dressing (light soy sauce, roasted sesame seed, chilli powder, green onion/scallion (chopped), lime juice) and pour on top of the egg.
13. Cut the egg with a knife just before serving.

Nutritional Analysis

Source: Nutritionist Pro used for diet analysis

Ingredient	Total weight used in recipe (g)	Calories (kcal)	Protein (g)	Fat (g)	Carbs (g)	Sugars (g)	Iron (mg)	Calcium (mg)	Fibre (g)
Silken tofu	150	76	8.4	3.3	3.1	-	-	105	0.75
Frozen edamame	80	96	9.5	4.1	7.1	1.7	1.8	50.4	4.1
Egg	55	71.5	6.2	4.7	0.3	0.1	0.8	28	-
Light soy sauce	5	1.9	0.2	-	0.2	0.2	-	-	-
Roasted sesame seed	5	11.6	0.3	1	0.5	-	0.1	25	0.1
Chilli powder	2.5	-	0.3	0.4	-	-	0.3	7	-
Green onion/scallion	5	0.8	-	-	0.1	-	-	-	-
Lime juice	5ml	1.2	-	-	0.4	-	-	0.7	-
TOTAL		259	24.9	13.5	11.7	2	3	216.1	5

Akitma

Nihal Zekiye Erdem¹, Hamdiye Sultan Tolan², İlsu Aldatmaz²

¹Assistant Prof. BS, MS, PhD, Fellow

¹Istanbul Medipol University, College of Health Sciences/Nutrition and Dietetics Head of the Department

²Istanbul Medipol University, School of Health Sciences/Nutrition and Dietetics Turkey

Suitable for people living with overweight and obesity and for people who have undergone bariatric surgery. People who have undergone bariatric surgery can consume it in soft and solid phases.



Preparation

Number of servings: 2

Preparation time:

15 minutes

Ingredients

- 1 medium egg
- 75g chickpea flour
- 75g water
- 2g cumin
- 2g baking powder

Spinach:

- 100g spinach leaves
- 50g lean ground beef
- 1 tsp (5g) olive oil
- 2g salt
- 30g fat-free yoghurt
- half a small size cucumber, grated

Nutritional Facts

Per serving

- Calories: 301.5kcal
- Total Protein: 11.57g
- Carbohydrate: 34.9g
- Sugars: 0g
- Fat: 17.5g
- Iron: 5.9mg
- Calcium: 121.45mg
- Fibre: 12.65g

International Healthy Recipes Vol.3



Cooking Instructions

1. Blend egg, chickpea flour and water in a medium bowl. Blend salt, cumin and baking powder. Add 1 teaspoon of olive oil to the heated pan over low heat. The mixture is poured into the pan with the help of a spoon. The cooking process takes place at 55 degrees and is left to cool.
2. For the stuffing, cook 75g of minced meat with 75g of water at 65 degrees, add the spinach and cook with the spinach for another 5 minutes.
3. For the sauce, mix the lightly chopped cucumber and fat-free yoghurt. Spinach mixture is added to the mixture and served with sauce.

When we look at the general nutritional composition of this recipe, the chickpea flour in the mixture contains a source of vegetable protein, and there is minced meat as the filling. It is also balanced in terms of animal protein source and vegetable protein source ratio. This recipe, which also includes vegetables and yoghurt, contains all the nutrients we need to consume in one meal in one plate. Cooking with correct and practical cooking methods is advantageous for patients.

Nutritional Analysis

Source: System (BeBIS 9) database software programme

Ingredient	Total weight used in recipe (g)	Calories (kcal)	Protein (g)	Fat (g)	Carbs (g)	Sugars (g)	Iron (mg)	Calcium (mg)	Fibre (g)
Spinach (raw)	100	18.9	2.8	0.3	0.6	-	3.4	117	1.8
Chickpea flour	75	393.8	6.2	21.4	65.8	-	7	117.8	18
Ground beef (raw)	60	124.5	12.3	8.4	-	-	1.3	3.6	-
Cucumber	50	-	-	-	-	-	-	-	-
Fat-free yoghurt	30	18.5	1.7	-	2.4	-	-	-	-
Olive oil	5	44.3	-	5	-	-	-	-	-
Red pepper powder	1	3.16	0.14	0.03	0.85	0.05	0.1	4.5	0.5
Salt	2	-	-	-	-	-	-	-	5
TOTAL	323	603.16	23.14	35.13	69.6	-	11.8	242.9	25.3

Banana Bread Express

Mónica Bettencourt Ramalha¹, Zélia Santos^{2,3}, Beatriz Vireira⁴
Carina Rossoni⁵, Rossela Bragança⁶, Rui Ribeiro⁷
Dietitian

¹Unidade Local de Saúde Santa Maria, Lisboa, Portugal;

²Multidisciplinary Center for Obesity Treatment at Hospital Lusfadas, Amadora, Portugal;
³H8TRC - Health & Technology Research Center, ESTeSL- Escola Superior de Tecnologia da Saúde, Instituto Politécnico de Lisboa, Lisbon, Portugal;

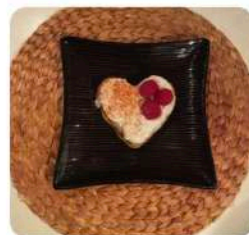
⁴Unidade de Nutrição Hospital Lusfadas Reboeira, Amadora, Portugal.

Suitable for both people living with overweight and obesity, and following bariatric surgery.

Preparation

Number of servings: 2

Preparation time: 7 minutes



Ingredients

- 1 egg
- 50g banana
- 1 Tbsp (13g) natural yogurt
- 2 Tbsp (20g) oat flour
- 13g blueberry
- 1 Tbsp (13g) lean quark, without added sugars
- 1 tsp (2g) of ground cinnamon

Nutritional Facts

Per serving

- Calories: 118kcal
- Total Protein: 6.5g
- Carbohydrate: 17.5g
- Sugars: 6.9g
- Fat: 3.8g
- Iron: 1.8mg
- Calcium: 51.8mg
- Fibre: 1.8g

International Healthy Recipes Vol.3



Cooking Instructions

1. Defrost frozen edamame pods in microwave for 3 minutes; drain and dry with a clean towel.
2. Peel and smash garlic.
3. Heat olive oil in cast iron pan over medium high heat.
4. Add garlic, rosemary, and sage to pan. Cook 30 seconds - 1 minute until fragrant.
5. Add defrosted edamame pods to pan, and mix every 30 seconds to allow browning of pods on both sides. Avoid burning garlic ~ 3-4 minutes of active cooking.
6. Add sea salt to taste.
7. Enjoy by holding an edamame pod with your fingers. Use your teeth to pop the edamame beans out of the pod into your mouth. Discard the empty pods in a separate bowl.

Nutritional Analysis

Source: USDA: fdc.nal.usda.gov

Ingredient	Total weight used in recipe (g)	Calories (kcal)	Protein (g)	Fat (g)	Carbs (g)	Sugars (g)	Iron (mg)	Calcium (mg)	Fibre (g)
Edamame in pods	150	199.6	19.96	7.0	16.0	-	3.6	1.20	12.0
Olive oil	22	180	-	21	-	-	-	-	-
Garlic cloves	3 cloves	-	-	-	-	-	-	-	-
Rosemary sprigs	2 sprigs	-	-	-	-	-	-	-	-
Sage sprigs	2 sprigs	-	-	-	-	-	-	-	-
TOTAL	172	379.6	19.96	28	16	-	3.6	1.20	12.0

Conversion Table

Weights



Imperial Metric

1/2 oz	10 g
1/4 oz	20 g
1 oz	25 g
1 1/2 oz	40 g
2 oz	50 g
2 1/2 oz	60 g
3 oz	75 g
4 oz	110 g
4 1/2 oz	125 g
5 oz	150 g
6 oz	175 g
7 oz	200 g
8 oz	225 g
9 oz	250 g
10 oz	275 g
12 oz	350 g
1 lb	450 g
1 lb 8 oz	700 g
2 lb	900 g
3 lb	1.35 kg

Dimensions



Imperial Metric

1 inch	2.5 cm
1 1/2 inch	3 cm
1 3/4 inch	4 cm
1 1/2 inch	4.5 cm
2 inch	5 cm
2 1/2 inch	6 cm
3 inch	7.5 cm
3 1/2 inch	9 cm
4 inch	10 cm
5 inch	13 cm
5 1/2 inch	13.5 cm
6 inch	15 cm
6 1/2 inch	16 cm
7 inch	18 cm
7 1/2 inch	19 cm
8 inch	20 cm
9 inch	23 cm
10 inch	24 cm
10 inch	25.5 cm
11 inch	28 cm
12 inch	30 cm

Volume



Imperial Metric

2 8 oz	50 ml
3 8 oz	75 ml
5 8 oz (1/2 pint)	150 ml
10 8 oz (1/2 pint)	275 ml
1 pint	570 ml
1 1/2 pint	725 ml
1 3/4 pint	1 litre
2 pint	1.2 litre
2 1/2 pint	1.5 litre
4 pint	2.25 litres

Liquid



American Imperial Metric

1 tbsp	1/2 fl oz	15 ml
1/8 cup	1 fl oz	30 ml
1/4 cup	2 fl oz	60 ml
1/2 cup	4 fl oz	120 ml
1 cup	8 fl oz	240 ml
1 pint	16 fl oz	480 ml

Oven Temperatures



Gas Mark °C °F

1	140°C	275°F
2	150°C	300°F
3	170°C	325°F
4	180°C	350°F
5	190°C	375°F
6	200°C	400°F
7	220°C	425°F
8	230°C	450°F
9	240°C	475°F

If using a fan oven you will need to reduce the oven temperature in a recipe by 20 degrees.

American Imperial Metric

1 cup flour	5oz	150g
1 cup granulated sugar	8oz	225g
1 cup brown sugar	6oz	175g
1 cup butter	8oz	225g
1 cup pasta/noodles	7oz	200g
1 cup cornmeal	5oz	150g
1 stick butter	4oz	110g

N.B. Please note that it has not been possible to thoroughly validate all the recipes and their nutritional analyses.

A Special Thank You To

Our dietitians for their nutritional guidance:



Madhawi M. Aldhwayan, PhD
Clinical Nutritionist
College of Applied Medical Sciences
King Saud University, Riyadh, Saudi Arabia



Celia Beilel, Registered Nutritionist
Coordinator of The Nutrition Area
Concon Clinic - Bariatric Surgery Group
of Valinhos - SP, Brazil



Eri Kikkawa, RD, PhD
Dietitian, Bariatric coordinator
Weight Loss and Metabolic Surgery Center
Yotsuya Medical Cube



Mariam Lakdawala, RD
Bariatric Nutritionist,
Dr. Aparna's Laparoscopic and Bariatric Surgery
Center, Mumbai, India



Violeta Moizé, Registered Dietitian-Nutritionist
Unit of Obesity
Endocrinology department
Hospital Clinic Barcelona
Associate professor University of Barcelona
SEDYN President www.sedyn.es



Julie Parrott, MS, RD, LDN
Bariatric Nutrition Care Coordinator
Temple University Health System
Philadelphia, PA

And to the authors and their wonderful recipes!

We hope you enjoy them!

Buen Provecho

Guten Appetit

Buon Appetito

Bon Appétit

Enjoy your meal

صحة وهنا

жақсы тәбет

בתיאבון

добар апетит

Bom Appetite

많이 드세요

Geniet jou maaltyd

جان نوش

用餐愉快

Dobrou chuť

Smaklig måltid

अपने भोजन का आनंद लें

نوش جان

Verdi ykkur ad góðu

As bolsin

Poftă bună

nuş olsun

Dober Apetit

Nyt måltidet

Smakelijk Eten



Skanaus

Hyvää ruokahalua

Смачного

Selamat menikmati jamu selera

召し上がれ

Приятного аппетита

Smacznego صحة و عافية

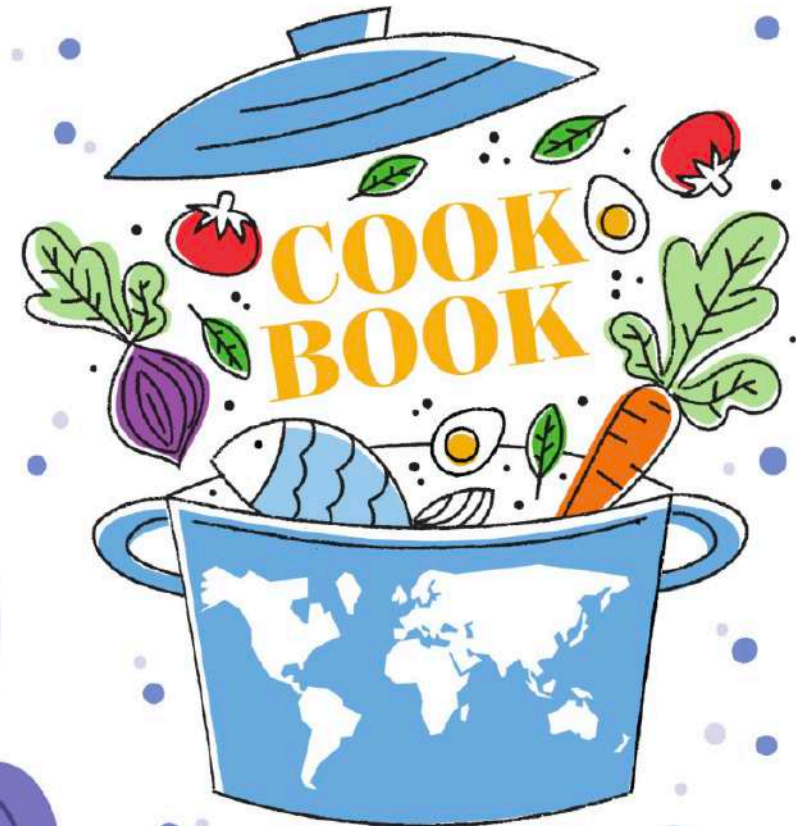
Selamat makan

 **IFSO**
COOKBOOK
International
Healthy Recipes
Vol. 3

www.ifso.com



IFSO - INTERNATIONAL HEALTHY RECIPES VOL. 3



International
Healthy Recipes
Vol. 3

Silvia Leite, Mary O'Kane,
Andrea Schroeder

Chawanmushi – Savoury Egg Custard with Soy Milk and Green Soy Beans

Ayu Okumura

Registered Dietitian
Department of Nutritional Management, Center for Obesity, Diabetes and Endocrinology,
Chibune General Hospital
Osaka City, Osaka, Japan

Suitable for both people living with overweight and obesity, and following bariatric surgery (soft phase).

Preparation

Number of servings: 2
Preparation time: 30 minutes

Ingredients

- 2 eggs
- 100ml soy milk
- 60g green soy beans, boiled/no pods
- 20g kamaboko
- 5g soy sauce
- 5g sweet sake
- 200ml dashi soup



Cooking Instructions

1. Serve green soy beans from the pods and grind into a paste with a mixer.
2. Mix eggs, soy milk and seasonings and strain.
3. Mix the egg liquid with soy beans puree, pour into the vessel.
4. Arrange the dishes in a steamer and slowly steam over low heat for 20 minutes.
5. Finish by garnishing with green soy beans and kamaboko.

Grilled Tilapia with Quinoa Salad, Broccoli & Cashew Nuts	Celia Beleli	110
Korean Style Pork Lettuce Tacos	Bárbara Barrera Aylwin	112
Lentil Stew	Karina Hocico	114
Marinated Fish & Shrimp	German Pineres	116
Mini Fish Pies with Cream Cheese	Belmira Silva Faria e Souza	118
My Favorite Powerful Quinoa Bowl	Ana Laura Cattaneo	120
Piña Colada Protein Smoothie	Linda Cardona	122
Pineapple Delight	Karina Hocico	124
Quinoa Chaufa	Steffany Díaz Yoshisato	126
Special Meatball	Tatiana Souza Alvarez	128
Tuna and Vegetable Timbale	Ornella Allegro González, Catalina Echenique, Carla Novoa, Jessica Palacios	130

NORTH AMERICAN CHAPTER

Grilled Vegetable Quinoa Salad	Beth A. Czerwony	132
High Protein Chocolate Avocado Mousse	Kim B Knopp	134
Marinated Salmon Topped with Avocado and Red Raspberries	Kim B Knopp	136
Moroccan Inspired Vegetable and Chickpea Stew	Beth A. Czerwony	138
Toasted Edamame	Jessica Nargi	140

Cooking Instructions

1. Scoop out the flesh of the passionfruit and peel the avocado.
2. Put it in the blender with the rest of the ingredients and blend until smooth.

Ease of preparation and cooking: very easy

Nutritional Analysis

Source: www.avodiet.pl for the analysis, which is based on "Tables of nutritional value of food products and dishes - Institute of Food and Nutrition"

Ingredient	Total weight used in recipe (g)	Calories (kcal)	Protein (g)	Fat (g)	Carbs (g)	Sugars (g)	Iron (mg)	Calcium (mg)	Fibre (g)
Unsweetened, fortified coconut milk	200	24	1	2.4	2	-	0.5	300	-
Avocado	70	114	1.5	10	6	0.5	0.4	7	4
Passionfruit	30	19	0.5	0.3	4	2	0.3	5	2
Protein isolate powder	15	52.7	13	0.1	0.2	0.2	-	-	-
Lemon juice	3	1	-	-	0.2	0.2	-	0.3	-
TOTAL	318	210.7	16	12.8	12.4	2.9	1.2	312.3	6

Müçver

Nihal Zekiye Erdem¹, Hamdiye Sultan Tolan², İlsu Aldatmaz²

¹Assistant Prof. BS, MS, PhD, Fellow

¹Medipol University. College of Health Sciences/Nutrition and Dietetics Head of the Department

²Istanbul Medipol University. School of Health Sciences/Nutrition and Dietetics Turkey

Suitable for people living with overweight and obesity and for people who have undergone bariatric surgery. People who have undergone bariatric surgery can consume it in soft and solid phases.



Preparation

Number of servings: 1

Preparation time: 18 minutes

Ingredients

- 1 (130g) green squash
- 4 Tbsp (60g) whole wheat flour
- 4 Tbsp (60g) fat-free yoghurt
- 1 egg
- 10g parsley
- 5g dill
- 1 tsp (5g) black pepper
- 1 tsp (5g) red pepper powder
- 2g salt
- 2g baking powder

Nutritional Facts

Per serving

- Calories: 347.7kcal
- Total Protein: 19.7g
- Carbohydrate: 48.0g
- Sugars: 0.8g
- Fat: 7.5g
- Iron: 6.7mg
- Calcium: 253mg
- Fibre: 10.8g

Cooking Instructions

1. Green zucchini is grated and its juice is completely squeezed out. Add zucchini, parsley, dill, egg, spices (baking soda, salt, black pepper, red pepper powder) and whole wheat flour and mix in a single bowl until you get a smooth consistency.
2. Shape the mixture into meatball size and transfer it to a baking tray lined with baking paper. Bake in a preheated 200°C (392°F) oven for about 10 minutes.
3. Serve with yoghurt.

It is important for patients who have undergone bariatric surgery to have the habit of consuming healthy food at home in order to lose weight and maintain their current weight. Bariatric surgery patients can consume this dish, which is unique to Turkish cuisine, during strict diet periods. Mücver dish is very practical and nutritious as it is made by mixing all the ingredients in a single bowl.

Nutritional Analysis

Source: Nutrition Information System (BeBIS 9) database software programme

Ingredient	Total weight used in recipe (g)	Calories (kcal)	Protein (g)	Fat (g)	Carbs (g)	Sugars (g)	Iron (mg)	Calcium (mg)	Fibre (g)
Green squash	130	27	2.6	0.4	2.9	0.1	1.3	32.5	2.4
Whole wheat flour	60	185.4	6.8	1.4	35.7	0.4	2	19.2	6
Fat-free yoghurt	60	22.2	2.1	0.1	2.9	-	-	85.8	-
Egg	50	71.6	6.3	4.8	0.3	-	0.9	28	-
Parsley	10	5.2	0.4	-	0.7	-	0.4	17.9	0.4
Dill	5	2.8	0.2	-	0.4	0.1	0.3	11.5	0.3
Black pepper	5	14.2	0.5	0.2	2.6	0.1	0.6	21.5	0.7
Red pepper powder	5	15.8	0.7	0.6	1.7	0.1	1.2	9	1
Salt	2	-	-	-	-	-	-	5	-
Baking powder	2	3.5	0.1	-	0.8	-	-	22.6	-
TOTAL	329	347.7	19.7	7.5	48.0	0.8	6.7	253	10.8

Mushroom Menemen

Nazlıcan Karadağ

Dietitian
Turkey

Dr. Umut R. Gunduz

Suitable for Both people living with overweight and obesity, and following bariatric surgery.

Preparation

Number of servings: 3
Preparation time: 30 minutes



Ingredients

- 2 medium sized tomatoes
- 138g oyster mushroom
- 3 village peppers
- 2 eggs
- 3 Tbsp (65g) olive oil
- 3 Tbsp (90g) fat-free curd cheese
- 1 tsp (8g) salt

Nutritional Facts

- Per serving
- Calories: 306.2kcal
 - Total Protein: 13.2g
 - Carbohydrate: 5.0g
 - Fat: 25.8g
 - Iron: 1.8mg
 - Calcium: 48.9mg
 - Fibre: 3.0g

International Healthy Recipes Vol.3



Cooking Instructions

1. Defrost frozen edamame pods in microwave for 3 minutes; drain and dry with a clean towel.
2. Peel and smash garlic.
3. Heat olive oil in cast iron pan over medium high heat.
4. Add garlic, rosemary, and sage to pan. Cook 30 seconds - 1 minute until fragrant.
5. Add defrosted edamame pods to pan, and mix every 30 seconds to allow browning of pods on both sides. Avoid burning garlic ~ 3-4 minutes of active cooking.
6. Add sea salt to taste.
7. Enjoy by holding an edamame pod with your fingers. Use your teeth to pop the edamame beans out of the pod into your mouth. Discard the empty pods in a separate bowl.

Nutritional Analysis

Source: USDA: fdc.nal.usda.gov

Ingredient	Total weight used in recipe (g)	Calories (kcal)	Protein (g)	Fat (g)	Carbs (g)	Sugars (g)	Iron (mg)	Calcium (mg)	Fibre (g)
Edamame in pods	150	199.6	19.96	7.0	16.0	-	3.6	120	12.0
Olive oil	22	180	-	21	-	-	-	-	-
Garlic cloves	3 cloves	-	-	-	-	-	-	-	-
Rosemary sprigs	2 sprigs	-	-	-	-	-	-	-	-
Sage sprigs	2 sprigs	-	-	-	-	-	-	-	-
TOTAL	172	379.6	19.96	28	16	-	3.6	120	12.0

Conversion Table

Weights

Imperial	Metric
1/2 oz	10 g
3/4 oz	20 g
1 oz	25 g
1 1/2 oz	40 g
2 oz	50 g
2 1/2 oz	60 g
3 oz	75 g
4 oz	110 g
4 1/2 oz	125 g
5 oz	150 g
6 oz	175 g
7 oz	200 g
8 oz	225 g
9 oz	250 g
10 oz	275 g
12 oz	350 g
1 lb	450 g
1 lb 8 oz	700 g
2 lb	900 g
3 lb	1.35 kg

Dimensions

Imperial	Metric
1 inch	2.5 cm
1 1/4 inch	3 cm
1 1/2 inch	4 cm
1 3/4 inch	4.5 cm
2 inch	5 cm
2 1/2 inch	6 cm
3 inch	7.5 cm
3 1/2 inch	9 cm
4 inch	10 cm
5 inch	13 cm
5 1/4 inch	13.5 cm
6 inch	15 cm
6 1/2 inch	16 cm
7 inch	18 cm
7 1/2 inch	19 cm
8 inch	20 cm
9 inch	23 cm
9 1/2 inch	24 cm
10 inch	25.5 cm
11 inch	28 cm
12 inch	30 cm

Liquid

American	Imperial	Metric
1 tbsp	1/2 fl oz	15 ml
1/8 cup	1 fl oz	30 ml
1/4 cup	2 fl oz	60 ml
1/2 cup	4 fl oz	120 ml
1 cup	8 fl oz	240 ml
1 pint	16 fl oz	480 ml

Oven Temperatures

Gas Mark	oC	oF
1	140°C	275°F
2	150°C	300°F
3	170°C	325°F
4	180°C	350°F
5	190°C	375°F
6	200°C	400°F
7	220°C	425°F
8	230°C	450°F
9	240°C	475°F

If using a fan oven you will need to reduce the oven temperature in a recipe by 20 degrees.

Volume

Imperial	Metric
2 fl oz	55 ml
3 fl oz	75 ml
5 fl oz (1/4 pint)	150 ml
10 fl oz (1/2 pint)	275 ml
1 pint	570 ml
1 1/4 pint	725 ml
1 1/2 pint	1 litre
2 pint	1.2 litre
2 1/2 pint	1.5 litre
4 pint	2.25 litres

American	Imperial	Metric
1 cup flour	5oz	150g
1 cup caster sugar	8oz	225g
1 cup granulated sugar	6oz	175g
1 cup brown sugar	8oz	225g
1 cup sultanas/raisins	7oz	200g
1 cup currants	5oz	150g
1 stick butter	4oz	110g

Print Fullscreen

N.B. Please note that it has not been possible to thoroughly validate all the recipes and their nutritional analyses.

A Special Thank You To

Our dietitians for their nutritional guidance:



Madhawi M. Aldhwayan, PhD
Clinical Nutrition
College of Applied Medical Sciences
King Saud University, Riyadh, Saudi Arabia



Celia Beleti, Registered Nutritionist
Coordinator of The Nutrition Area
Concon Clinic - Bariatric Surgery Group
of Valinhos - SP, Brazil



Eri Kikkawa, RD, PhD
Dietitian, Bariatric coordinator
Weight Loss and Metabolic Surgery Center
Yotsuya Medical Cube



Mariam Lakdawala, RD
Bariatric Nutritionist,
Dr. Aparna's Laparoscopic and Bariatric Surgery
Center, Mumbai, India



Violeta Moizé, Registered Dietitian-Nutritionist
Unit of Obesity
Endocrinology department
Hospital Clinic Barcelona
Associate professor University of Barcelona
SEDYN President www.sedyn.es



Julie Parrott, MS, RD, LDN
Bariatric Nutrition Care Coordinator
Temple University Health System
Philadelphia, PA

And to the authors and their wonderful recipes!

We hope you enjoy them!

Buen Provecho

Dobrou chuť

Guten Appetit

Smaklig måltid

Buon Appetito

अपने भोजन का आनंद लें

Bon Appétit

Afiyet olsun

نوش جان

Verdi ykkur ad góðu

As bolsin

Enjoy your meal

Poftă bună

صحة وهنا

nuş olsun

Dober Apetit

Nyt måltidet

жақсы тәбет

Smakelijk Eten

בתיאבון



IFSO

Skanaus

добар апетит

Hyvää ruokahalua

Bom Appetite

Καλή όρεξη

Смачного

많이 드세요

Selamat menikmati selera

Geniet jou maaltyd

召し上がれ

جان نوش

Приятного аппетита

用餐愉快

Smacznego

صحة و عافية

Selamat makan