

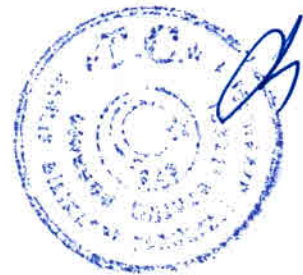
BESLENME

Dersin Adı	BESLENME
Dersin Kodu	902002182011
Dersin Türü	Zorunlu
Dersin Seviyesi	Lisans
Dersin AKTS Kredisi	2,00
Haftalık Ders Saati (Kuramsal)	2
Haftalık Uygulama Saati	0
Haftalık Laboratuvar Saati	0
Dersin Verildiği Yıl	2
Dersin Verildiği Yarıyıl	4
Dersin Öğretim Üyesi (Üyeleri)	Öğr. Gör. Hasan Hüseyin ÇAM
Öğretim Sistemi	Örgün Öğretim
Eğitim Dili	1001
Dersin Ön Koşulu Olan Ders(ler)	Yok
Ders İçin Önerilen Diğer Hususlar	Yok
Staj Durumu	Yok
Dersin Amacı	Öğrenciyi yeterli ve dengeli beslenme ve özel durumlarda beslenme (gebelik ve emzirme döneminde beslenme) bebeklik, çocukluk ve ergenlik (adölesan obesitesi) döneminde beslenmenin önemi ve hastalıklardan korunma ile yetersiz ve dengesiz beslenme durumunda ortaya çıkabilecek sağlık sorunlarını tanımlayabilmeleri konularında bilgilendirmek
Öğrenme Çıktıları	1- Besin öğelerini tanımlayabilmeli 2-Emziklilik ve gebelik için beslenme planı yapabilmeli 3-Anne sütü ile ilgili eğitim yapabilmeli 4-Komplike sağlık sorunlarında hastaların beslenme durumlarını değerlendirebilmeli 5-Toplumda risk gruplarının beslenme durumunu tanımlayabilmeli 6-Toplumda risk gruplarına beslenme eğitimi yapabilmeli
Dersin İçeriği	Beslenmeye Giriş, Beslenme ve sağlık, Fonksiyonel Gıdalar, Hızlı Hazır Yemek (Fast-Food) Sistemi, Organik Besin Öğeleri, İnorganik Besin Öğeleri, Toplum Beslenmesi, Toplumda Enerji Ve Besin Elementleri, Gebe ve emziklielerde beslenme, Yenidoğan beslenmesi, Özel Durumlarda (Risk Grupları) Beslenme, Yaşam Stili Ve Beslenme

 **Şenol GÖRMEKİN**
Fakülte Sekreter V.

Haftalık Ayrıntılı Ders İçeriği

HAFTA	KONULAR		
	Teorik Dersler	Uygulama	Laboratuvar
1	Dersin Tanımı, Kaynakların açıklanması		
2	Beslenme ve Sağlık Besin Öğelerinin Gruplandırılması ve Vücut Çalışmasındaki Etkileri; Yeterli ve Dengeli Beslenme Fonksiyonel Gıdalar Probiyotikler ve Sağlık Üzerine Etkisi Hızlı Hazır Yemek (Fast-Food) Sistemi Türk Mutfak Kültürü		
3	Organik Besin Öğeleri: Proteinler, Yağlar, Karbonhidratlar		
4	Organik Besin Öğeleri: Vitaminler		
5	Inorganik Besin Öğeleri Mineraller, Su Ve Diğer İçecekler Besinlerin Enerji Değeri Ve Vücudun Enerji Dengesi		
6	Toplum Beslenmesi, Toplumda Enerji Ve Besin Elementleri		
7	Gıda Grupları Ve Saklanması Gıdaların Besin Değeri		
8	Ara sınav		
9	Gıda Katkı Maddeleri Ve Gıda Kontrolü Etler, Kuru Baklagiller, Sebzeler, Meyveler, Yağlar		
10	Özel Durumlarda (Risk Grupları) Beslenme Gebe Ve Emzikli Olanların Beslenmesi, Bebek Beslenmesi		
11	Özel Durumlarda Beslenme Protein-Enerji Malnütrisyonu; İshal; Demir Yetersizliği Anemisi; Ağız Ve Diş Hastalıkları		
12	Özel Durumlarda Beslenme İyot Yetersizliği Hastalıkları; Raşitizm; Menapoz Döneminde Beslenme; Kabızlık		
13	Yaşam Stili Ve Beslenme Kilo Kontrolü Ve Fiziksel Aktivitenin Özellikleri Diet Ve Kilo Kontrolü, Fiziksel Aktivite Ve Kilo Kontrolü Kilo Kontrolü Ve Fiziksel Aktivitenin Yararları		
14	Kardiyovasküler - Serebrovasküler Hastalıklar, Tip II Diabet, Gestasyonel diyabet, Osteoporoz, Kanseri vb		
15	Beslenme Sorunlarında Çözüm Yolları Ve Öneriler: Halk Sağlığına Yönelik Öneriler		
16	Yarıyıl sonu sınavı		



Ders Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar

1. Baysal A. Genel beslenme bilgisi. 5nci bsk. Hatipoğlu yayınevi, Ankara, 1989 2. Halk Sağlığı Hemşireliği El Kitabı. (Edt. İnci Erefe). 1nci bsk. Koç Vakfı yayınları, İstanbul, 1998. 3. Maxcy-Roseneau-Last. Public Health & Preventive Medicine. 13th ed. Prentice Hall International Inc. USA, 1992 4. Nutrition and Cancer. Cancer Causes and Control , V:7, N:1, January 1996 5. Bertan M, Çağatay G (Edt). Halk Sağlığı Temel Bilgiler, Güneş Kitabevi, Ankara, 1995 6. Toprak İ, Bunsuz O, Şentürk Ş ve ark. (Edt.) Toplumun Beslenmede Bilinçlendirilmesi; Saha Personeli İçin Toplum Beslenmesi Programı Eğitim Materyali, Ankara, 2002 7. Vainio H and Bianchini F (Edt). Weight Control and Physical Activity. WHO/IARC Hand Books of Cancer Prevention, V:6 Lyon 2002 8. Liboli E and Lambert R (Edts) WHO/IARC Nutrition and Lifestyle: Opportunities for Cancer Prevention. No:156, Lyon, 2002 9. Aydemir G. Research on Nutrition and Cancer: The Importance of Standardized Dietary Assessments. Asian Pacific Journal of Cancer Prevention (APJCP), 3:2, 2000, 177-180 10. Çeber E, Ergün F, Sarı D, dallı D, Aydemir G. Evaluation of the geographical and family background of student nurses and midwives and their knowledge of cancer and nutrition. Asian Pacific Journal of Cancer Prevention (APJCP), 3:3, 2002, 257-261 11. Türkiye'ye Özgü Beslenme Rehberi, Ankara, 2004 12. Yeterli ve Dengeli Beslenme, Saha Personeli İçin Toplum Beslenmesi Programı Eğitim Materyali, Ankara 2002 13. Akşit MA., T.C. Anadolu Üniversitesi Yayınları No:491, 1991 14. Barnard JR. Prevention of cancer through lifestyle changes, eCAM 2004, 1(3), 233-239 15. Yüzbir N. Yaşlıda Beslenme, İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Teknikleri, İstanbul, 1998, 109-122 16. Byers T, Nestle M., Mc Tiernan A., Doyle C, Williams AC, Gansler T., Thun M. American Cancer Society Guidelines on Nutrition and Physical Activity for Cancer Prevention, 2007

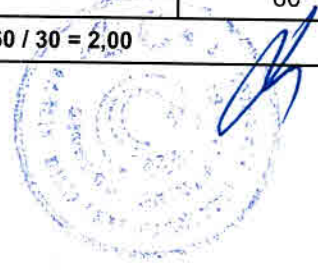
Değerlendirme

Yarıyıl (Yıl) İçi Etkinlikleri	Sayısı	Katkı Yüzdesi , %
Ara Sınav	1	100
Toplam		100
Yarıyıl (Yıl) Sonu Etkinlikleri	Sayısı	Katkı Yüzdesi , %
Final Sınavı	1	100
Toplam		100
Yarıyıl (Yıl) İçi Etkinliklerinin Başarı Notuna Katkısı		40
Yarıyıl (Yıl) Sonu Sınavının Başarı Notuna Katkısı		60
TOPLAM		100

Dersin Öğrenme , Öğretim ve Değerlendirme Etkinlikleri Çerçevesinde İş Yükünün Hesaplanması

Etkinlikler	Sayısı	Süresi (saat)	Toplam İş Yükü (saat)
Ara Sınav	1	1	1
Final Sınavı	1	2	2
Derse Katılım	14	2	28
Bireysel Çalışma	14	1	14
Ara Sınav İçin Bireysel Çalışma	1	5	5
Final Sınavı İçin Bireysel Çalışma	1	10	10
TOPLAM İŞ YÜKÜ (saat)			60

Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yükü (saat) / (30 saat/ AKTS) = 60 / 30 = 2,00



Program ve Öğrenme Çıktıları İlişkisi

Ders Öğre	Program Çıktıları											
	PÇ	PÇ	PÇ	PÇ	PÇ	PÇ	PÇ	PÇ	PÇ	PÇ	PÇ	PÇ
ÖÇ 1									3		4	4
ÖÇ 2			3		4				3		3	4
ÖÇ 3			3		4				3		3	4
ÖÇ 4			3						3		3	
ÖÇ 5			3						3		3	
ÖÇ 6			4						4		3	

*Katki Düzeyi : 1 Çok Düşük 2 Düşük 3 Orta 4 Yüksek 5 Çok Yüksek

