

HARRAN ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ
FONKSİYONEL GIDALAR VE SAĞLIK DERS İZLENESİ

Dersin Adı	Kodu	Yarıyılı	T+U	Kredisi	AKTS
Fonksiyonel Gıdalar ve Sağlık		Güz- bahar	2-0	2	1
Ön Koşul Dersler					
Dersin Dili	Türkçe				
Dersin Türü	Seçmeli				
Dersin Koordinatörü					
Dersi Verenler					
Dersin Yardımcıları					
Dersin Amacı	Öğrencilerin fonksiyonel gıdaların bileşenleri ve sağlık üzerine etkileri hakkında bilgi sahibi olması amaçlanmaktadır. Fonksiyonel gıdalar, besleyici etkilerinin yanı sıra hastalıklardan korunma ve tedavi dahil tıbbi ya da sağlık açısından önem taşıyan gıdalardır. Bu dersin amacı, fonksiyonel gıda bileşenleri ile bunların sağlıkla ilişkisi hakkında genel bir bilgi edinmek ve fonksiyonel gıdalarla ilgili güncel yasal durumu ve terminolojiyi (özel diyet gıdalar, tıbbi gıdalar, besin destekleri, takviye gıdalar, tasarımcı gıdalar, süper gıdalar) anlayabilmeyi sağlamaktır. Bu derste öğrencilerin fonksiyonel gıda bileşenlerinin kardiyovasküler hastalıklar, kanser, obezite gibi sağlık sorunları arasındaki ilişkiyi anlaması amaçlanmaktadır.				
Dersin Öğrenme Çıktıları	Bu dersin sonunda öğrenci, 1. Fonksiyonel gıdaların ne olduğunu tanımlar. 2. Hangi kaynaklardan fonksiyonel gıdalar elde edildiğini açıklar. 3. Gıdalardaki fonksiyonel içerikleri açıklar. 4. Hangi hastalıklarda hangi fonksiyonel gıdaların tedaviye yardımcı olduğunu açıklar. 5. Fonksiyonel gıdalar ile ilgili öğrendiği bilgileri günlük hayatında uygular.				
Dersin İçeriği	Fonksiyonel gıdalara giriş, fonksiyonel gıdalara yönelik terminoloji, fonksiyonel gıdaların sağlığa katkısı (fonksiyonel gıdaların kardiyovasküler hastalıklar, kanser, obezite, yaşlanma, moral ve performans arasındaki ilişkisi), gıda bileşenlerinin sağlık açısından fonksiyonları (besin lifi, yeni oligosakkaritler, şeker alkoller, aminoasitler, peptitler ve proteinler, vitaminler, laktik asit bakterileri, yağ asitleri, fitokimyasallar ve antioksidanlar), fonksiyonel gıda pazarı ve rekabet, fonksiyonel gıdalar açısından gıda endüstrisinin rolü ve fonksiyonel gıdalar hakkındaki yasal durum.				
Haftalar	Konular				
1	Temel Beslenmeye Giriş, Beslenmenin Önemi, Beslenme Bilimi				
2	Fonksiyonel gıda, gıda takviyeleri ve nutrasötik tanımları ve tarihçesi, Türkiye’de ve dünyada fonksiyonel gıda kullanımı				
3	Gıdalardaki fonksiyonel içerikler (fitokimyasallar)				
4	Gıdalardaki fonksiyonel içerikler (probiyotikler ve prebiyotikler)				
5	Bitki kaynaklı fonksiyonel gıdalar ve içerikler				
6	Hayvan kaynaklı fonksiyonel gıdalar ve içerikler				
7	Mikrobiyal kaynaklı fonksiyonel gıdalar ve içerikler				
8	Antioksidanlar ve antioksidan kaynağı gıdalar				
9	Kalp damar hastalıklarında fonksiyonel gıdaların önemi				
10	Gastrointestinal sistem hastalıkları ve kanserde fonksiyonel gıdaların önemi				
11	Nörolojik hastalıklarda fonksiyonel gıdaların önemi				
12	Obesite ve diyabette fonksiyonel gıdaların önemi				

13	Fonksiyonel gıdalar ve yaşlanma
14	Çocuklarda ve gebelerde fonksiyonel gıdaların kullanımı
Genel Yeterlilikler	
1. Öğrenci, temel beslenme prensiplerini ve sağlık üzerindeki etkilerini kavrar ve dengeli bir diyet planlamasını bilir. 2. Öğrenci; fonksiyonel gıdalar, gıda takviyeleri ve nutrasötiklerin tanımlarını ve tarihçelerini bilir, bunların kullanım alanlarını değerlendirir. 3. Öğrenci; fitokimyasallar, probiyotikler, prebiyotikler ve antioksidanlar gibi fonksiyonel içeriklerin sağlık üzerindeki etkilerini analiz edebilir. 4. Öğrenci; obezite, diyabet, kalp damar hastalıkları, gastrointestinal sistem hastalıkları ve nörolojik hastalıklarda fonksiyonel gıdaların rolünü bilir. 5. Öğrenci yaşlılarda, çocuklar ile gebelerde fonksiyonel gıdaların kullanımını kavrar. 6. Hasta beslenmesi, obezite-diyabet, beslenme-kanser ilişkisini kurabilir ve yorumlar.	
Kaynaklar	
1. Atalay, F. Ç. (2024). Beslenme ve Sağlık. Efe Akademi Yayınları.220 2. Arslan, M. (2021). Fonksiyonel Besinlerin Sağlıktaki Rolü, Güven Plus Grup A.Ş. Yayınları, Ankara 3. Gürdöl F. (2015). Tıbbi Biyokimya. Nobel Tıp Yayınevi, İstanbul 4. Merdöl K. (2015). Temel Beslenme ve Diyetetik. Güneş Tıp Kitabevleri, Ankara 5. Sağlık Bakanlığı, Türkiye Beslenme Rehberi (TÜBER), 2022 6. Büyüktuncer Demirel, Z. (2018). BESLENME, FONKSİYONEL BESİNLER VE MİKROBIYOTA. 7. Baysoy, G. (2018). Fonksiyonel gıdalar, Nobel Tıp Yayınevi, Ankara 8. Hasan Basri Savaş (2021). Temel Beslenme, İstanbul Tıp Kitabevleri 9. Wildman, R.E.C. (2007). Handbook of nutraceuticals and functional foods, Second edition. CRC Press, NW.	
Değerlendirme Sistemi	
Ara sınav: %40 Final: %60	

PROGRAM ÖĞRENME ÇIKTILARI İLE DERS ÖĞRENİM KAZANIMLARI İLİŞKİ TABLOSU									
	PY1	PY2	PY3	PY4	PY5	PY6	PY7	PY8	PY9
ÖÇ1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ÖÇ2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ÖÇ3	1	1	2	2	2	2	2	2	2
ÖÇ4	1	2	2	2	2	2	2	2	2
ÖÇ5	1	2	2	2	2	2	2	2	2
ÖÇ: Öğrenme Çıktıları PY: Program Çıktıları									
Katkı Düzeyi	1 Çok Düşük, 2 Düşük, 3 Orta, 4 Yüksek, 5 Çok Yüksek								

Program Çıktıları ve İlgili dersin ilişkisi

	PY1	PY2	PY3	PY4	PY5	PY6	PY7	PY8	PY9
Fonksiyonel Gıdalar ve Sağlık	1	1	2	2	2	2	2	2	2

Temel Program Kazanımları

PY1: Organizmanın normal yapı ve fonksiyonlarını özetleyebilir.

PY2: Hastalıkların patogenezi, klinik ve tanısal özelliklerini açıklayabilir.

PY3: Hayatı tehdit eden acil hastalıkları tedavi edebilir ve gerektiğinde hasta transportunu sağlayabilir

PY4: Hastanın hikayesini alabilir ve genel-sistem bazlı fizik muayenelerini yapabilir.

PY5: Hastalıkların tanı ve tedavisi için gerekli temel tıbbi girişimleri ve ilaç uygulamalarını uygulayabilir.
PY6: Koruyucu hekimlik ve adli tıp uygulamalarını yerine getirebilir.
PY7: Ulusal Sağlık Sistemi'nin yapılanması ve işleyişi hakkında genel bilgiler verebilir.
PY8: Yasal sorumluluklarını sayabilir ve etik prensipleri tanımlayabilir.
PY9: Toplumda sık görülen temel hastalıkların birinci basamak tedavilerini bilimsel verilere dayalı etkinliği yüksek yöntemlerle yapabilir.