



AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ DERS BİLGİ FORMU

Dersin Adı		Biyolojik Antiaging							
Ders Kodu		BDB250		Ders Düzeyi		Lisans			
AKTS Kredi	4	İş Yüğü	100 (Saat)	Teori	2	Uygulama	0	Laboratuvar	0
Dersin Amacı		Anti aging ve klinik uygulamaları ile beslenme arasındaki ilişkiyi öğrenmek.							
Özet İçeriğı		Biyolojik yaşlanma, yaşlılarda enerji ve besin ögesi gereksinimleri, ORAC değeri, telomer uzunluğu ve beslenme ilişkisi, anti aging terapide beslenmenin önemi, çeşitli kültürlerdeki anti aging terapiler, nutrikozmetikler ve çeşitli besinlerin anti aging terapideki önemi							
Staj Durum		Yok							
Öğretim Yöntemleri		Anlatım (Takrir), Tartışma, Bireysel Çalışma							
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)									

Ders Koşulları

AKTS Kredi Koşulu	180
-------------------	-----

Ölçme ve Değerlendirme Araçları

Araç	Adet	Oran (%)
Ara Sınav (Vize)	1	40
Dönem Sonu Sınavı (Final)	1	70

Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar

1	Molecular basis of nutrition and aging. Marco Malavolta, Eugenio Mocchegiani, Elsevier
2	Nutritional Cosmetics, beauty from within. Aaron Tabor, Robert Blair, Elsevier
3	Nutritional supplements and their role in promoting successful aging and longevity. Steven Gambert, Barbara Anne Gambert, Nova Biomedical

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Yaşlanma nedir? Yaşlanmanın biyolojik ve hücresele etkileri
2	Teorik	Yaşlılıkta beslenme ve besin öğeleri, hastalıklar, ilaç-besin etkileşimi
3	Teorik	Nutrigenetik, nutrigenomik ve yaşlanma ilişkisi
4	Teorik	Yaşlanmada antioksidan network, Telomer ve beslenme
5	Teorik	Anti aging nedir?
6	Teorik	Anti aging ve vitaminler
7	Teorik	Anti aging ve mineraller
8	Ara Sınav (Vize)	Ara Sınav
9	Teorik	Anti aging, protein, posa ilişkisi. Anti aging ve besin destekleri
10	Teorik	Anti aging terapide diyet planlama, kalorisi kısıtlı diyetler ve uzun yaşam
11	Teorik	'Süper Besinler' ve anti aging. Bitkiler ve anti aging
12	Teorik	Çeşitli kültürlerde anti aging terapi
13	Teorik	Nutrikozmetikler
14	Teorik	Anti aging terapide diyetisyenin rolü ve önemi
15	Dönem Sonu Sınavı (Final)	Final Sınavı

Dersin Öğrenme, Öğretme ve Değerlendirme Etkinlikleri Çerçevesinde İş Yüğü Hesabı (Ortalama Saat)

Etkinlik	Adet	Ön Hazırlık	Etkinlik Süresi	Toplam İş Yüğü
Kuramsal Ders	13	4	2	78
Ara Sınav	1	10	1	11



Dönem Sonu Sınavı	1	10	1	11
Toplam İş Yüğü (Saat)				100
Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi				4
*25 saatlik iş yükü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.				

Dersin Öğrenme Çıktıları

1	Yaşlanmanın hücrel ve moleküler etkilerini kavrar.
2	Yaşlılarda enerji ve besin ögesi gereksinimlerini belirler
3	Anti aging terapide hastaya yaklaşım ve uygulanan beslenme ilkelerini öğrenir
4	Bazı besinlerin anti aging terapideki önemini kavrar
5	Çeşitli kültürlerdeki anti aging yaklaşımları öğrenir
6	Nutrikozmetikler ve anti aging etkilerini kavrar

Program Çıktıları (Beslenme ve Diyetetik Programı)

1	Beslenme ve diyetetik alanındaki temel bilgi ve kanıta dayalı güncel gelişmeleri araştırma, uygulama, doğruluk, güvenilirlik ve geçerliliğini değerlendirme bilgisine sahiptir.
2	Bireylerin enerji ve besin ögesi gereksinimlerini bilimsel yöntemlerle saptama, yeterli ve dengeli beslenme kuralları doğrultusunda bireye özgü beslenme plan ve programını geliştirebilme bilgisine sahiptir
3	Toplumun beslenme durumunun saptanmasına yönelik yöntemleri kullanarak, sağlığın korunması, iyileştirilmesi ve geliştirilmesi için besin ve beslenme plan ve politikası geliştirebilme bilgisine sahiptir.
4	Hasta bireylerin beslenme durumlarını değerlendirme ve klinik bulgularına dayalı olarak beslenme açısından yorumlayabilme ve hastaya özgü tıbbi beslenme tedavileri geliştirebilme bilgisine sahiptir
5	Üretim tüketim zincirinde birey ve toplumun besin kalitesine etki eden etmenleri değerlendirebilme ve besin güvenliği, güvencesine yönelik standartlar ve yasal düzenlemeleri uygulayabilme bilgisine sahiptir.
6	Beslenme ve Diyetetik alanıyla ilgili temel bilgileri derinlemesine düşünüp uygulamaya geçirmek, özellikle problem çözme ve karar verme becerisine sahip olmak, araştırma projesi oluşturabilmek, bilgi toplama ve rapor hazırlama sürecinde güncel teknolojileri, bilgisayar ve bilgi işlem becerilerini kullanır.
7	Beslenme ve Diyetetik alanında edindiği güncel bilgi ve becerileri kullanarak bireyin, toplumun ve hastanın beslenme durumunu saptar, değerlendirir, yorumlar, çözüm yolları üretir, tıbbi beslenme tedavisi uygular, sağlık ve sosyal alanlarda ulusal ve uluslararası tüm paydaşlarla ekip çalışması yapar, etik kurallara göre hareket eder.
8	Hedef grubun enerji ve besin ögesi gereksinimlerini göz önünde tutarak, beslenme ve diyetetik açısından değerlendirerek, toplu beslenme yapılan kurumlarda menü planlaması yapar ve yiyeceklerin satın alınmasından servisine kadar tüm aşamalarda besin güvenliğine dikkat ederek, uygun hizmet sunumunu teknolojik gelişmelerden de faydalanarak sağlar.
9	Bireyi ve toplumu güvenli ve sağlıklı yiyecekler seçmeye teşvik edecek stratejiler geliştirir, uygular, ilgili eğitim materyallerini hazırlar ve günceller.
10	Ürün geliştirme, besin analizi ve kalitesini etkileyen etmenlere yönelik laboratuvar uygulamaları yapar, yorumlar ve yasal düzenlemelere göre değerlendirir.
11	Tüm yaşam döngüsü boyunca bireylerin ve toplumun sağlıklı beslenme bilincinin oluşturulması ve bilgi düzeyinin artırılmasına yönelik araştırma, proje ve programları planlar, yönetir, değerlendirir, izler, raporlar ve ekip çalışmalarına liderlik eder, ulusal ve uluslararası besin ve beslenme plan ve politikalarının oluşturulmasına destek verir.
12	Görevini mesleki sorumluluk ve etik değerler çerçevesinde gerçekleştirir, yaşam boyu öğrenmenin önemini benimseyerek bilim, teknoloji ve sağlık konusundaki gelişmeleri takip ederek kendini sürekli geliştirir, diyetisyenlik mesleğinin ilerlemesini ve gelişmesini sağlar.
13	Beslenme ve Diyetetik alanında bireysel ve/veya ekip çalışmalarındaki uygulamaların doğruluğunu göstermek için bilgilerini kullanır, gerekçeler ve kanıtlar sunarak düşünce ve görüşlerini sözlü ve yazılı olarak açık bir şekilde ifade eder ve tüm paydaşlarla etik ilkeler doğrultusunda etkili iletişim kurar.
14	Farklı yaş gruplarındaki hasta bireylerin sosyokültürel ve ekonomik yapısını, beslenme alışkanlıklarını dikkate alarak interdisipliner yaklaşım içerisinde bireye uygun tıbbi beslenme tedavisini planlar, uygular, izler ve değerlendirir. Klinik araştırmalara katılır.

Program ve Öğrenme Çıktıları İlişkisi 1:Çok Düşük, 2:Düşük, 3:Orta, 4:Yüksek, 5:Çok Yüksek

	ÖÇ1	ÖÇ2	ÖÇ3	ÖÇ4	ÖÇ5	ÖÇ6
PÇ1	3	4	3	4	4	2
PÇ2	3	2	3	4	2	3
PÇ3	2	2	2	2	2	3
PÇ4	2	3	2	2	3	2
PÇ5	4	3	3	2	3	4
PÇ6	2	2	3	3	3	2
PÇ7	3	2	5	3	3	3
PÇ8	2	4	2	3	2	3
PÇ9	2	2	3	2	4	3



PÇ10	2	5	2	4	2	2
PÇ11	3	2	4	2	3	4
PÇ12	2	3	2	3	2	2
PÇ13	4	2	3	2	3	3
PÇ14	2	3	2	4	4	2

