

BESLENME VE DİYETETİK HABERLERİ

• XIII. Uluslararası Diyetetik Kongresi (XIIIth International Congress of Dietetics): Kongre 23-27 Temmuz 2000 tarihinde İngiltere'nin Edinburg kentinde yapıldı. Kongre'ye ülkemizden Doç. Dr. Muazzez Garipağaoğlu ve Dr. Nuriye Örer bildirimleriyle olmak üzere 15 diyetisyen katıldı. Kongre'de açılış konuşmalarından sonra açık oturumda transgenik besinler ve işlevsel besinlerin beslenme ve sağlık yönünden değerlendirilmesi yapıldı. İkinci gün etik sorunlar, üçüncü gün araştırma ve diyetisyenlerin rollerindeki değişimler, dördüncü gün yeni teknolojilere bakış ve eğitim konularında değişik ülkelerden bilim adamları tarafından konferanslar verildi. Konferansların yanı sıra beslenme ve diyetetikteki gelişmeler, felaket durumlarında toplumun beslenmesi, besin bileşimindeki değişimlere bakış, "kanser, diyabet, gastrointestinal hastalıklar ve beslenme desteği, besin ve beslenme politikalarında gelişmeler, diğer meslek mensuplarıyla birlikte çalışma, obesite, beslenme ve çocukların büyümesi başlıkları altında 7 sempozyum; diyabetli görme özürlü bireylerin beslenme eğitimi sağlığına katkı sağlayan endüstride diyetisyenlerin işlevi, diyetisyenler için davranış değiştirme becerileri, yaşlıların beslenme konularında 4 katılımlı toplantı (workshop) da konular tartışıldı.

Kongre, 2000 ve daha sonrasına bakış, daha güçlü global diyetetik topluluğu için işbirliği konuşmalarıyla kapandı. Dört yıl sonra ABD Şikago kentinde toplanacak XIV kongreye üyelerimizin daha aktif ve daha çok sayıda katılmalarını dileriz

• Avrupa Parenteral, Enteral Beslenme Derneği'nin (ESPEN) 22. Kongresi 9-13 Eylül 2000 tarihinde Madrid/İspanya'da yapıldı.

Bu kongrede insan sağlığının korunması ve hastalıklarda uygulanan beslenme destek tedavileri ile insanın yaşam kalitesinin arttırılmasına yönelik çok sayıda konferans sempozyum ve açık oturumlara yer verildi. Ana konular; İmmünonutrisyon ve beslenme, post-operative dönemde erken beslenmenin önemi probiotik ve preprobiyotikler, fonksiyonel gıdaların temel dayanağı, yaşlılık da beslenme desteği, oksidatif stress ve beslenme, şişmanlık, kanser ve beslenme olmuştur. Kongrede ayrıca inflamatuvar barsak hastalıkları, kemik iliği transplantasyonu, kısa barsak sendromu ve AIDS'de diyet tedavilerine ilişkin hedefler tartışıldı. Kongrenin 3. gününde ESPEN üyesi diyetisyenlerin yarım günlük bir toplantısı yapıldı. Hastanın yutma güçlüğünün geliştiği oral kavite, farings ve larings kanserlerinde beslenme desteğinin

uygulanmasına yönelik vaka sunumları yapıldı. Bu kongreye Uz. Dyt. Evrim, Prof. Dr. Gülden Pekcan, Yrd. Doç. Dr. Emine Akal ve Dr. Neriman İnanç tarafından iki bildiri sunulmuş, 30'dan çok diyetisyen katılmıştır. 23 kongre 2001'de Almanya'nın Münih kentinde yapılacaktır. Daha çok üyemizin, daha aktif olarak bu kongreye katılmalarını dileriz.

• Avrupa Diyetisyen Dernekleri Federasyonu (EFAD)'nın 12. Genel Kurul Toplantısı 28-30 Eylül 2000 tarihleri arasında İspanya'nın Barcelona şehrinde yapılmıştır. Toplantıya EFAD'a üye olan ülkelerden toplam 28 delege katılmıştır. Ülkemizi delege olarak Doç. Dr. Muazzez Garipağaoğlu'nun temsil ettiği toplantıda: EFAD'ın aktiviteleri, ekonomik durumu, geleceğe yönelik projeleri, alt çalışma grubunun raporları maddeler halinde tartışılmış ve yönetim kurulu seçimleri yapılmıştır. Yönetim kurulu başkanlığını İngiltere (Irene Mackay) ve yine yönetimde boş olan 2 üyeliği Almanya ile İrlanda kazanmıştır. Yönetim kurulu üyeliğine aday olan İtalya ise yedek ülke olarak yönetimde yer almıştır.

Toplantıda ayrıca 20-23 Mayıs 2001, İtalya Assisi'de yapılacak 4. Avrupa Diyetisyenler Forum'unun bilimsel programı tamamlanmıştır.

13. EFAD Genel Kurul Toplantısı'nın 28-30 Eylül 2002 tarihinde Norveç'te yapılması kararlaştırılmıştır.

• Akdeniz Üniversitesi Hastanesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü ile TDD Antalya Şubesinin 20-22 Mayıs 1999 tarihinde "I. Beslenme Günleri" programı içinde düzenlediği "Beslenmenin Sağlığa Etkisi" konulu kompozisyon yarışmasında Antalya Akdeniz Koleji 7. sınıf öğrencisi Gökhan Başaran "Sağlığın Temeli" başlıklı kompozisyonu ile birincilik ödülünü, Özel Antalya Lisesi İlköğretim Okulu'ndan Seren Kahraman ise "Benimle Beslenen Arkadaşım" başlıklı kompozisyonu ile ikincilik ödülünü almıştır.

Sağlığın Temeli (Gökhan BAŞARAN)

Beslenmek; bu sözcüğü ne zaman düşünüyoruz biz? Sadece karnımız bize "grul grul" sesler verdiğinde... Bir köfte-ekmek, yanında da ayran, al sana beslenme. Ama अगर beslenmek bu kadar kolay ve kısa bir şey olsaydı, neden böyle dokuz harfli bir sözcük koymaya gerek duydular?

İnsan sağlığı; eğer iyiye yaşam eşi benzeri olmayan bir eğlencedir ama eğer kötüye, yaşam, dünyanın o

canlı renklerini engelleyen kapkara güneş gözlüğüyle dolaşmamıza benzer...

İnsan sağlığı neye bağlıdır? İlk önce spora... Ne demişler; "Sağlam kafa sağlam vücutta bulunur." Spor yapmak için ilk olarak enerjiye ihtiyacımız var, vücudumuzun her bölgesinin hareket edebilmesi için. Ama herşeyi bize veren Allah, enerjiyi dışarıdan kendi başınıza kazanmanızı istemiş, beslenerek...

Çoğu insan beslenmeyi karın doyurmak olarak algılar ve sadece karnının doyması için özelliklerine bakmadan ne bulursa yer, bu da sağlıklarında önemli bozulmalara yol açar. Bazı insanlar da tek yönlü beslenirler yani sadece et veya sebze yerler. Tek yönlü beslenme, sağ kolumuzun uzayıp, sol kolumuzun yerinde kalması gibidir. Bir sebze yemeğinin içine iki-üç parça et atılması bile yeterli olabilir.

Bazı insanlarda çok abur-cubur yiyerek beslenirler, bu da fazla kilo almaya, mide bozulmalarına sebep verir. Bu nedenle fazla kilo alan insanlar daha az beslenecek, vücutlarını çeşitli maddelerden yoksun bırakacaklardır, tabi bu da sağlıklarını etkileyecektir.

Buna göre sağlık, direk beslenmeye doğru orantılıdır. Yani iyi beslenen birisi hayatı seven, topluma yararlı bir birey olur ama iyi beslenmeyen birisi hayatın ne demek olduğunu bile kavrayamaz, ancak devletin bakmak zorunda olduğu sağlıksız bir birey olur.

Benimle Beslenen Arkadaşım (Seren KAHRAMAN)

Sevgili Vücudum,

Seninle yaşayıp, öleceğim için şimdiden seninle anlaşmak ve konuşmak istiyorum.

Bazılarımızın bedenleri ve vücut gelişimleri bir çiçek kadar narin ve ince olurken, bazılarımızda bir duvar kadar dirençli ve aşılmaz oluyor. Tabii ki bunlarda beslenmemize bağlı. Peki... Acaba tenimizin rengide beslenmemize mi bağlı? Bilmem ki, neden bir mavi ya da yeşil değil. İşin gülünç yanını biliyor musun? Tenimize uygun bir yiyecek bulamıyorum. Herneyse...

Sağlık mı nedir? Sağlık eşittir beslenme diyebiliriz, çünkü beslenmenin etkisi, etkileri sağlıkta belli olur. Böylece sende benimle birlikte beraber hayatını sürdüreceksin. Eğer yanlış beslenmelere yol açacak bir takım yiyecekler yersem bu hem seni bozar, hem de beni etkiler.

Bununla birlikte bazen yemek yemediğimde yüzümün ve ellerimin rengi değişiyor. Sanki ben havada yürüyor gibi oluyorum. Buna da yani bu haksızlığı

da sana yapmam, çünkü senle ben bütün bir, yapılmış yap-boz'uz. Bunun içinde senin bozulmaman ve benimde beslenmem gerekiyor.

Ben sağlıklı, proteinli ve vitaminli bir şekilde beslendiğimde sende beni gün boyu ayakta tutacak ve bana güç vereceksin.

Asıl konu seninle nasıl anlaşacağımızda? Sen benim beslenmemden dolayı büyüyecek ve geliştireceksin. Sakın unutmaki bende sana iyi bakacağım. Benim beslenmem sayesinde olgunlaşacağını unutma. Benim sana seninde bana bakman dileğiyle.

• H.Ü. Sağlık Teknolojisi Yüksekokulu Müdürlüğü görevine 06.09.2000 tarihinden itibaren Prof. Dr. Türkan Kutluay Merdol atanmıştır. Görevi sona eren ve Yüksekokulumuza büyük emeği geçen Prof. Dr. Perihan Arslan'a teşekkür eder yeni göreve atanan Prof. Dr. Türkan Kutluay Merdol'a başarılar dileriz.

• Yüksekokuldaki anabilim dalları başkanlıklarından Diyetetiğe Prof. Dr. Perihan Arslan, Toplu Beslenme Sistemlerine Prof. Dr. Yasemin Beyhan seçilmişlerdir. Beslenme Bilimleri başkanı Prof. Dr. Sevinç Yücecian görevini sürdürmektedir.

Yeni Yayınlar

• Prof. Dr. Gülden Köksal ve Uzman Diyetisyen Hüllya Gökmen, Çocuk Hastalıklarında Beslenme Tedavisi

• Prof Dr. Meral Aksoy, Beslenme Biyokimyası. Bu kitaplar Hatipoğlu Yayınevi M. Fevzi Çakmak Cad. 64/A Beşevler, Ankara Tel: 0312-2234801 adresinden temin edilebilir.

Yaz Stajı

Eğitim öğretim programlarımız arasında bulunan 1999-2000 öğretim yılı yaz stajı saha çalışması 26 Haziran - 4 Ağustos 2000 tarihleri arasında altı hafta süreli olarak "Beslenme Eğitimi ve Mevsimlere Göre Besin Tüketimi" araştırmasına yönelik, Ankara ili ve ilçelerinde yapılmıştır. Mevsimlere yönelik bu çalışma diğer mevsimleri de kapsayacak şekilde devam edecektir.

Kongre, Konferans ve Diğer Bilimsel Toplantı Duyuruları

• VIth International Sports Sciences Congress 3-5 November 2000, Ankara, Turkey

• III. Uluslararası KEPAN kongresi, 23-26 Kasım, 2000 İstanbul, Turkey

• Fonksiyonel Gıdalar ve Beslenme, 17 Ekim, 2000 Konferans, H.Ü. Beslenme ve Diyetetik Bölümü.