

# HATİCE KÜBRA ARAS

## DOKTOR ÖĞRETİM ÜYESİ

E-Posta Adresi : kubra.aras@antalya.edu.tr  
Telefon (İş) : -  
Telefon (Cep) :  
Adres : ANTALYA

### Öğrenim Bilgisi

|   |   |
|---|---|
| Doktora<br>2017<br>22/Nisan/2022        | OKAN ÜNİVERSİTESİ<br>SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ/BESLENME VE DİYETETİK (DR)<br>Tez adı: İrritabl bağırsak sendromu olan bireylere uygulanan laktozsuz-glutensiz ve FODMAP diyetlerinin hastalığın klinik seyri üzerine etkisi (2022) |
| Yüksek Lisans<br>2013<br>10/Temmuz/2015 | HALIÇ ÜNİVERSİTESİ<br>SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ/BESLENME VE DİYETETİK (YL) (TEZLİ)<br>Tez adı: Adölesanların yeme tutumları, sınav kaygısı ve depresyon yönünden incelenmesi (2015)  |
| Lisans<br>2009<br>25/Haziran/2013       | HALIÇ ÜNİVERSİTESİ<br>SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ/BESLENME VE DİYETETİK BÖLÜMÜ   |

### Akademik Görevler

|  |   |
|--|---|
| DOKTOR ÖĞRETİM ÜYESİ<br>07.10.2022         | ANTALYA BİLİM ÜNİVERSİTESİ/SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ/BESLENME VE DİYETETİK BÖLÜMÜ                                  |
| ÖĞRETİM GÖREVLİSİ<br>05.02.2017-05.08.2022 | HALIÇ ÜNİVERSİTESİ/SAĞLIK BİLİMLERİ YÜKSEKOKULU/BESLENME VE DİYETETİK BÖLÜMÜ/BESLENME VE DİYETETİK PR. (TAM BURLU)) |

### Dersler \*

2021-2022

#### Lisans

|                                   | Öğrenim Dili | Ders Saati |
|-----------------------------------|--------------|------------|
| Yiyecek Sistemleri Yönetimi II    | Türkçe       | 3          |
| Yiyecek Sistemleri ve Yönetimi I  | Türkçe       | 3          |
| Beslenme İlkeleri Laboratuvarı II | Türkçe       | 4          |
| Beslenme İlkeleri Laboratuvarı I  | Türkçe       | 4          |

|                      |        |   |
|----------------------|--------|---|
| Beslenme Semineri II | Türkçe | 2 |
| Kanser ve Beslenme   | Türkçe | 2 |
| Beslenme             | Türkçe | 2 |
| Beslenme Semineri I  | Türkçe | 2 |
| Alternatif Diyetler  | Türkçe | 3 |
| Bitirme Projesi      | Türkçe | 4 |
| Sağlıklı Beslenme    | Türkçe | 2 |

2020-2021

#### **Lisans**

|  |        |   |
|--|--------|---|
| Beslenme Semineri II                       | Türkçe | 2 |
| Beslenme Semineri I                        | Türkçe | 2 |
| Kanser ve Beslenme                         | Türkçe | 2 |
| Yiyecek Sistemleri ve Yönetimi I           | Türkçe | 3 |
| Beslenme İlkeleri Uygulamaları II          | Türkçe | 4 |
| Kanser ve Beslenme                         | Türkçe | 2 |
| Bitirme Projesi                            | Türkçe | 2 |
| Beslenme İlkeleri                          | Türkçe | 2 |
| Beslenme                                   | Türkçe | 2 |
| Beslenme İlkeleri Laboratuvarı I           | Türkçe | 4 |
| Beslenme Bilimlerinde Akademik Uygulamalar | Türkçe | 4 |
| Yiyecek Sistemleri ve Yönetimi II          | Türkçe | 3 |
| Alternatif Diyetler                        | Türkçe | 4 |

2019-2020

#### **Önlisans**

|                           |        |   |
|---------------------------|--------|---|
| Hazır Yemek Organizasyonu | Türkçe | 2 |
|---------------------------|--------|---|

#### **Lisans**

|                                   |        |   |
|-----------------------------------|--------|---|
| Beslenme Semineri II              | Türkçe | 2 |
| Beslenme                          | Türkçe | 2 |
| Kanser ve Beslenme                | Türkçe | 2 |
| Kanser ve Beslenme                | Türkçe | 2 |
| Beslenme İlkeleri Uygulamaları I  | Türkçe | 4 |
| yiyecek sistemleri yönetimi I     | Türkçe | 3 |
| Yiyecek Sistemleri ve Yönetimi II | Türkçe | 3 |
| Alternatif Diyetler               | Türkçe | 4 |
| Bitirme Projesi                   | Türkçe | 2 |
| Beslenme Semineri I               | Türkçe | 2 |

## Eserler

### Uluslararası hakemli dergilerde yayımlanan makaleler:

1. POLAT GİZEM, ARAS HATİCE KÜBRA, YILDIRIM MAVİŞ ÇİĞDEM (2022). Cancer Screening Tests, Diagnostic Methods and Cancer Vaccines. *Gevher Nesibe Journal IESDR*, 7, Doi: 10.46648/gnj.320 (Yayın No: 7699631)
2. ÖZAY ARANCIOĞLU İREM, ARAS HATİCE KÜBRA, BAŞTÜRK BERRAK, DERYA İPEK KÜBRA, YILDIRIM MAVİŞ ÇİĞDEM, BORA SÜMEYYE (2021). Evaluation of Stress and Nutrition Status of University Students During the Covid-19 Outbreak. *European Journal of Science and Technology*(25), 707-714., Doi: 10.31590/ejosat.875539 (Yayın No: 7291924)
3. ARAS HATİCE KÜBRA, DERYA İPEK KÜBRA (2021). Probiyotikler ve Kadın Sağlığı Üzerine Etkileri. *European Journal of Science and Technology*(23), 518-523., Doi: 10.31590/ejosat.827669 (Yayın No: 7291968)
4. KÖSEOĞLU SABİHA ZEYNEP AYDENK, BAŞTÜRK BERRAK, YILMAZ HATİCE KÜBRA (2021). Hemşirelik Bölümündeki Öğrencilerin Aldıkları Beslenme Eğitiminin Sağlık Davranışları, Antropometrik Ölçümler ve Beslenme Alışkanlıkları Üzerine Etkisinin Değerlendirilmesi. *European Journal of Science and Technology*, Doi: 10.31590/ejosat.791686 (Yayın No: 6986218)
5. MAVİŞ MURAT EMRAH, YILDIRIM MAVİŞ ÇİĞDEM, ÖZAY ARANCIOĞLU İREM, YILMAZ HATİCE KÜBRA, BAŞTÜRK BERRAK (2020). Evaluation of vitamin D levels and body mass indexes of university employees. *Bangladesh Journal of Medical Science*, 19, 229-236., Doi: 10.3329/bjms.v19i2.45000 (Yayın No: 6967671)
6. ATLIOĞLU NİLAY, YILMAZ HATİCE KÜBRA, ÖZAY ARANCIOĞLU İREM, DERYA İPEK KÜBRA, ERGÜDEN BERRAK, YILDIRIM MAVİŞ ÇİĞDEM (2019). Investigation of the Relationship Between Exam Anxiety and Binge Disorders in High School Students in the 15-19 Age Range. *International Journal of Medical, Medicine and Health Sciences*(13) (Yayın No: 5661868)
7. YILMAZTEKİN ALİ, YILDIRIM MAVİŞ ÇİĞDEM, ÖZAY ARANCIOĞLU İREM, ERGÜDEN BERRAK, YILMAZ HATİCE KÜBRA, DERYA İPEK KÜBRA (2019). Meal Consumption Frequency in Patients With Type 1 and Type 2 Diabetes. *International Journal of Medical, Medicine and Health Sciences*, 13(5) (Yayın No: 5661944)

### B. Uluslararası bilimsel toplantılarda sunulan ve bildiri kitaplarında (proceedings) basılan bildiriler :

1. ZEYBEK AYŞE, AÇKURT FİLİZ, ERGÜDEN BERRAK, YILDIRIM MAVİŞ ÇİĞDEM, YILMAZ HATİCE KÜBRA, DERYA İPEK KÜBRA (2019). ÖZEL BİR BESLENME VE DİYET POLİKLİNİĞİ'NE BAŞVURAN BİREYLERİN DUYGUSAL YEME DURUMLARININ VE VÜCUT BİLEŞİMLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ. 2. ULUSLARARASI BESLENME OBEZİTE VE TOPLUM SAĞLIĞI KONGRESİ (Özet Bildiri/Sözlü Sunum) (Yayın No: 5715232)
2. BAŞTÜRK BERRAK, DERYA İPEK KÜBRA, ÖZAY ARANCIOĞLU İREM, YILDIRIM MAVİŞ ÇİĞDEM, YILMAZ HATİCE KÜBRA (2021). Gebelik Döneminde Beslenmeye Bağlı Oluşan Sağlık Sorunlarının Saptanması. 8. Uluslararası Fetal Hayattan Çocukluğa İlk 1000 Gün Anne - Çocuk - Beslenme Kongresi (Özet Bildiri/Poster) (Yayın No: 7099309)
3. DERYA İPEK KÜBRA, YILMAZ HATİCE KÜBRA, YILDIRIM MAVİŞ ÇİĞDEM, BAŞTÜRK BERRAK, ÖZAY ARANCIOĞLU İREM, ÜSTÜN BETÜL (2021). Özel Eğitim ve Devlet Özel Eğitim Kurumlarında Eğitim Alan Otizmli Çocukların Beslenme Durumunun Saptanması. 8. Uluslararası Fetal Hayattan Çocukluğa İlk 1000 Gün Anne - Çocuk - Beslenme Kongresi (Özet Bildiri/Poster) (Yayın No: 7099308)
4. ALTIPARMAK İREM, ARAS HATİCE KÜBRA (2022). Özel Bir Spor Salonuna Giden Bireylerin Beslenme Alışkanlıkları Ve Besin Destek Ürün Kullanımlarının Değerlendirilmesi. 7. Uluslararası Beslenme Obezite ve Toplum Sağlığı Kongresi (Tam Metin Bildiri/Sözlü Sunum) (Yayın No: 7704673)
5. CIKCIK MERVE, ARAS HATİCE KÜBRA (2022). Bariatrik Cerrahi Operasyonu Adaylarının Beslenme Durumları ve Yaşam Kalitelerinin Değerlendirilmesi. 7. Uluslararası Beslenme Obezite ve Toplum Sağlığı Kongresi (Tam Metin Bildiri/Sözlü Sunum) (Yayın No: 7704667)
6. USTA İREM, YILMAZ HATİCE KÜBRA, BAŞTÜRK BERRAK (2021). Wilson Hastalığı ve Beslenme. 5. Uluslararası Beslenme Obezite ve Toplum Sağlığı Kongresi (Tam Metin Bildiri/Sözlü Sunum) (Yayın No: 7168303)
7. ÖZKANLI BEYZA, AÇKURT FİLİZ, YILMAZ HATİCE KÜBRA, DERYA İPEK KÜBRA, YILDIRIM MAVİŞ ÇİĞDEM, ERGÜDEN BERRAK (2019). Fazla Kilolu Ve Obez Bireylerde Glutensiz Diyetin Bki Düzeylerine Etkisi. 2. ULUSLARARASI BESLENME OBEZİTE VE TOPLUM SAĞLIĞI KONGRESİ (Özet Bildiri/Poster) (Yayın No: 5715577)
8. ARSLAN SEMRA, YILMAZ HATİCE KÜBRA, ERGÜDEN BERRAK, DERYA İPEK KÜBRA, YILDIRIM MAVİŞ ÇİĞDEM, ÖZAY ARANCIOĞLU İREM (2019). Farklı Beden Kitle İndeksine Sahip Bireylerin D

Vitamini Düzeyleri İle Depresyon Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi. 3.Uluslararası Sağlık Bilimleri Kongresi (Özet Bildiri/Poster)(Yayın No:5717088)

9. ATLIOĞLU NİLAY, YILMAZ HATİCE KÜBRA, ÖZAY ARANCIOĞLU İREM, DERYA İPEK KÜBRA, ERGÜDEN BERRAK, YILDIRIM MAVİŞ ÇİĞDEM (2019). Investigation of the Relationship Between Exam Anxiety and Binge Disorders in High School Students in the 15-19 Age Range. Human Science Research Conferences (Tam Metin Bildiri/Poster)(Yayın No:5663684)
10. YILMAZTEKİN ALİ, YILDIRIM MAVİŞ ÇİĞDEM, ÖZAY ARANCIOĞLU İREM, ERGÜDEN BERRAK, YILMAZ HATİCE KÜBRA, DERYA İPEK KÜBRA (2019). Meal Consumption Frequency in Patients With Type 1 and Type 2 Diabetes. Human Science Research Conferences (Tam Metin Bildiri/Poster)(Yayın No:5663699)
11. BAŞAKIL ESRA, AÇKURT FİLİZ, DERYA İPEK KÜBRA, ÖZAY ARANCIOĞLU İREM, YILMAZ HATİCE KÜBRA, ERGÜDEN BERRAK, YILDIRIM MAVİŞ ÇİĞDEM (2019). Özel Fatih Hastanesi'ne Müracaat Eden 18-65 Yaş Arası Obez Kadınlarda Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Ağırlık Kaybı Üzerine Etkisi. I. Uluslararası Beslenme Obezite ve Toplum Sağlığı Kongresi (Tam Metin Bildiri/Poster)(Yayın No:5663735)
12. SAROĞLU AYŞE, HATEMİ HASAN HÜSREV, ERGÜDEN BERRAK, DERYA İPEK KÜBRA, ÖZAY ARANCIOĞLU İREM, YILDIRIM MAVİŞ ÇİĞDEM, YILMAZ HATİCE KÜBRA (2019). İstanbul'da Bilinen Diyabeti Olmayan Bir Popülasyonda Beslenme Biçimi, Beden Kitle İndeksi ve Yaşla Artıyarak Damar Basıncının İlişkileri. I. Uluslararası Beslenme Obezite ve Toplum Sağlığı Kongresi (Tam Metin Bildiri/Poster)(Yayın No:5663718)
13. DİNÇER KÜBRA, YILDIRIM MAVİŞ ÇİĞDEM, ÖZAY ARANCIOĞLU İREM, ERGÜDEN BERRAK, YILMAZ HATİCE KÜBRA, DERYA İPEK KÜBRA (2018). Koroner Anjiyografi Uygulanan Hastaların Kan Parametreleri ve Beslenme Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi. 3.Uluslararası Sağlık Bilimleri Kongresi (Özet Bildiri/Poster)(Yayın No:5716968)

### C. Yazılan ulusal/uluslararası kitaplar veya kitaplardaki bölümler:

#### C2. Yazılan ulusal/uluslararası kitaplardaki bölümler:

1. Farklı Bakış Açılıyla Sağlık, Bölüm adı:(Beden Algısı, Duygusal Yeme ve Beslenme Tedavi Yaklaşımları) (2020)., YILMAZ HATİCE KÜBRA,BAŞTÜRK BERRAK, Ekin Yayınevi, Editör:Tezcan Nuray, Saka Seda, Üner Ece, Basım sayısı:1, Sayfa Sayısı 352, ISBN:978-625-7090-55-1, Türkçe(Bilimsel Kitap), (Yayın No: 6492638)

### D. Ulusal hakemli dergilerde yayımlanan makaleler :

1. TURĞUL ELİF, ARAS HATİCE KÜBRA, BAŞTÜRK BERRAK (2022). Özel Tenis Kulübündeki Profesyonel Sporcuların Bitkisel Çay Tüketim Sıklığı ve Kullanımını Etkileyen Faktörler. Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi (Kontrol No: 7699715)
2. ARAS HATİCE KÜBRA, HATEMİ HASAN HÜSREV (2022). Yaşlılıkta Kalp Damar Hastalıkları ve Beslenme. Türkiye Klinikleri (Kontrol No: 7699744)
3. ÖZER RABİA MÜGE, ARAS HATİCE KÜBRA (2021). Ketojenik Diyet ve Kanser. Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, Doi: 10.48124/hsagbilder.917342 (Kontrol No: 7699648)
4. Polat Ömer Anıl, DERYA İPEK KÜBRA, YILDIRIM MAVİŞ ÇİĞDEM, YILMAZ HATİCE KÜBRA (2020). Sıvı Dengesi Ve Sporcu Performansına Etkisi. Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 3(2), 131-136. (Kontrol No: 7099265)
5. Aydın Nur Aybüke, YILMAZ HATİCE KÜBRA, BAŞTÜRK BERRAK, DERYA İPEK KÜBRA (2020). Profesyonel Sporcularda Beslenmenin Planlanması. Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 3(2), 83-88. (Kontrol No: 7099269)
6. YILMAZ HATİCE KÜBRA, ÖNGÜN YILMAZ HANDE (2019). Fruktöz Tüketimi ve Sağlık Üzerine Etkileri. Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 4(2), 50-57. (Kontrol No: 6636877)

### E. Ulusal bilimsel toplantılarda sunulan ve bildiri kitaplarında basılan bildiriler:

1. ÖZERSON ZEYNEP, ÇETİN DUYGU, ARAS HATİCE KÜBRA, BAŞTÜRK BERRAK, DERYA İPEK KÜBRA (2016). Obez Bireylerde Benlik Saygısı ve Beden Algısının Değerlendirilmesi. 7. Ulusal Obezite Kongresi (Özet Bildiri/Poster)(Yayın No:7699491)
2. ÖZERSON ZEYNEP, BORAL NURAY, DERYA İPEK KÜBRA, ARAS HATİCE KÜBRA, BAŞTÜRK BERRAK (2016). Obez Ev Kadınlarında İnsülin Direnci. 7. Ulusal Obezite Kongresi (Özet Bildiri/Poster)(Yayın No:7694106)
3. ÖZERSON ZEYNEP,KARSLI HALİME GAMZE,YILMAZ HATİCE KÜBRA,DERYA İPEK KÜBRA,ERGÜDEN BERRAK (2016). Obez bireylerde benlik saygısı, beden algısı ve yaşam kalitesinin değerlendirilmesi. 7. Ulusal Obezite Kongresi (Özet Bildiri/Poster)(Yayın No:5994537)
4. ÖZERSON ZEYNEP,OLCAY BARIŞ,DERYA İPEK KÜBRA,ERGÜDEN BERRAK,YILMAZ HATİCE KÜBRA (2016). Yetişkin obez kadınların kalsiyum tüketim düzeyleri ile bazı parametrelerin karşılaştırılması. 7. Ulusal Obezite Kongresi (Özet Bildiri/Poster)(Yayın No:5994517)

5. ÖZERSON ZEYNEP,KAZAN SENA,ERGÜDEN BERRAK,YILMAZ HATİCE KÜBRA,DERYA İPEK KÜBRA (2016). Tip 2 Diabetes Mellitus tanısı alan yetişkin bireylerin beslenme durumları ile HbA1c düzeyleri arasındaki ilişkinin saptanması. 7. Ulusal Obezite Kongresi (Özet Bildiri/Poster)(Yayın No:5994599)
6. ÖZERSON ZEYNEP,SARIKAYA MERVE,ERGÜDEN BERRAK,DERYA İPEK KÜBRA,YILMAZ HATİCE KÜBRA (2016). Kalsiyum mineralinin hiperlipidemi üzerine etkisi. 7. Ulusal Obezite Kongresi (Özet Bildiri/Poster)(Yayın No:5994395)
7. KAYA GÜLSÜM ELEM, DERYA İPEK KÜBRA, ÖNGÜN YILMAZ HANDE, ARAS HATİCE KÜBRA (2016). Özel Bir Hastanede Gebe Kadınların Beslenme Durumları ile Anne Sütü Bilgi Düzeylerinin Değerlendirilmesi. 4. Fetal Hayattan Çocukluğa "İlk 1000 Gün" Gebe ve Çocuk Beslenmesi Kongresi (Özet Bildiri/Poster)(Yayın No:7699537)
8. SEYHAN İBRAHİM HALİL, ÖNGÜN YILMAZ HANDE, YILMAZ HATİCE KÜBRA, ÖZAY ARANCIOĞLU İREM (2016). Gebe Kadınlarda Diyetle Alınan Omega Yağ Asiti Miktarının Saptanması. 4. Fetal Hayattan Çocukluğa "ilk 1000 gün" Gebe ve Çocuk Beslenmesi Kongresi, 130-130. (Özet Bildiri/Poster)(Yayın No:6947587)
9. GÜÇLÜ ABDULLAH SEVBAN, DERYA İPEK KÜBRA, ÖNGÜN YILMAZ HANDE, ARAS HATİCE KÜBRA (2016). Gebelerin Trimesterlerine Göre Demir ve Folik Asit Düzeylerinin Belirlenmesi. 4. Fetal Hayattan Çocukluğa "İlk 1000 Gün" Gebe ve Çocuk Beslenmesi Kongresi (Özet Bildiri/Poster)(Yayın No:7699501)
10. İSLAMOĞLU BETÜL, YILDIRIM MAVİŞ ÇİĞDEM, YILMAZ HATİCE KÜBRA, ÖNGÜN YILMAZ HANDE (2016). Anne Sütü Tüketim Süresi ve Bu Süreyi Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi. 4. Fetal Hayattan Çocukluğa "ilk 1000 gün" Gebe ve Çocuk Beslenmesi Kongresi, 127-127. (Özet Bildiri/Poster)(Yayın No:6947575)