

Şubat 2026

RÜYA YAŞAR

Beslenme ve Diyetetik
Sağlık Bilimleri Fakültesi
İstanbul Galata Üniversitesi
İstanbul, Türkiye

e-mail: ruya.yasar@galata.edu.tr

AKADEMİK GÖREVLER ve DENEYİMLER

- Dr. Öğr. Üyesi (2025) İstanbul Galata Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Fakültesi/Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı
- Ders Saati Ücretli Öğretim Elemanı (2019-2020) Haliç Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Fakültesi/Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı

EĞİTİM

- **Doktora:** Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beslenme ve Diyetetik, 2025
 - Çalışma Alanları: Beslenme Biyokimyası, Metabolizma, Eser Elementler, Mikrobiyota, Obezite, Kanser, Çocuk Metabolizma Hastalıkları, Besin Kimyası
 - Doktora Tezi: Bazı Biyoaktif Bileşiklerin Kolon Kanser Hücre Hattı Üzerindeki Etkilerinin *In Vitro* İncelenmesi (2025) Tez Danışmanı: (Doç. Dr. Özlem AYTEKİN)
- **Yüksek Lisans:** Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Biyokimya (Ecz), 2018
 - Yüksek Lisans Tezi: İnsanlarda Diyet ile Alınan Bor Miktarının Bazı Biyokimyasal Parametreler Üzerine Olan Etkisinin İncelenmesi (2019) Tez Danışmanı: (Prof. Dr. Ayşen YARAT)
- **Lisans:** İstanbul Bilim Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu, Beslenme ve Diyetetik, 2014

MESLEKİ DENEYİMLER

- Diyetisyen (2016-2023) Özel Kalamış Sante Tıp Merkezi
- Diyetisyen (2014-2016) Özel Maltepe Ersoy Hastanesi

YAYINLAR

KİTAPLAR

MAKALELER

1. Aytekin, Ö., Yaşar, R., Yılmaz, Ş. ve Şahin, F. (2026). Some Essential and Non-Essential Elements in Edible Salts Commonly Consumed in Türkiye: Nutritional considerations and risk assessment. *Turkish Journal of Agriculture-Food Science and Technology*, 14(1), 93-102., Doi: 10.24925/turjaf.il.v14il.93-102.8180 (TR Dizin)
2. Yaşar, R. ve Aytekin, Ö. (2024). The Crucial Roles of Diet, Microbiota, and Postbiotics in Colorectal Cancer. *Current Nutrition Reports*, 13(2), 126-151., Doi: 10.1007/s13668-024-00525-z (Q1-SCI-

Expanded)

3. Yaşar, R., Kuru, D., Şen, A., Şener, G., Ercan, F. ve Yarat, A. (2021). Effects of *Myrtus Communis L.* Extract and Apocynin on Lens Oxidative Damage and Boron Levels in Rats With a High-Fat Diet. *Turkish Journal of Ophthalmology*, 51(6), 344-350., Doi: 10.4274/tjo.galenos.2021.27981 (Q2-ESCI)
4. Yaşar, R. ve Aytekin, Ö. (2021). COVID-19 ve Beslenme Arasındaki İlişkiye Güncel Bir Bakış. *Akademik Gıda*, 19(1), 108-115., Doi: 10.24323/akademik-gida.927735 (SCOPUS)
5. Yaşar, R., Yılmaz, Ş., Sağcan, Ö., Yanardağ, R., Yarat, A. ve Şahin, F. (2020). Boron concentrations in tap water in many cities of Turkey. *Toxicological and Environmental Chemistry*, 102(5-6), 240-249., Doi: 10.1080/02772248.2020.1778701 (SCI-Expanded)
6. Yaşar, R., Balan, G., Yılmaz, Ş., Candangelen, P. N., Akyüz, S., Yarat, A. ve Şahin, F. (2020). The Level of Two Trace Elements in Carious, Non-Carious, Primary, and Permanent Teeth. *European Oral Research*. 54(2): 77-80., Doi: 10.26650/eor.20200072 (ESCI)
7. Yaşar, R., Yılmaz, Ş., Balan, G., Tüzüner, B., Candangelen, P. N., Akyüz, S., Yener Öztürk, F., Altuntaş, Y., Yarat, A. ve Şahin, F. (2019). Boron-Rich Diet May Regulate Blood Lipid Profile and Prevent Obesity: A Non-Drug and Self-Controlled Clinical Trial. *Journal of Trace Elements in Medicine and Biology*, 54: 191-198., Doi: 10.1016/j.jtemb.2019.04.021 (Q1-SCI-Expanded)
8. Yaşar, R., Yılmaz, Ş., Candangelen, P. N., Yarat, A. ve Şahin, F. (2018). Boron Content of Some Foods Consumed in Istanbul, Turkey. *Biological Trace Element Research*, 187: 1-8., Doi: 10.1007/s12011-018-1319-9 (Q1-SCI-Expanded)
9. Yaşar, R., Kurt Mutlu, E., Cempel, E., Belentepe Çelik, S. ve Yarat, A. (2018). Evaluation of Dietary Boron in Terms of Health: A Retrospective Study. *Clinical and Experimental Health Sciences*, 8: 296-300., Doi: 10.5152/clinepxhealthsci.2018.955 (ESCI)
10. Yaşar, R. ve Yarat, A. (2017). Bor ve Sağlığımıza Olan Etkilerine Güncel Bir Bakış. *Clinical and Experimental Health Sciences*, 7: 107-114., Doi: 10.5152/clinepxhealthsci.2017 (ESCI)
11. Kuru, R. ve Yarat. (2017) A. Bor bir mucize mi? *Farmakope*. 2: 6-9.

KİTAP BÖLÜMLERİ

1. Aytekin, Ö., Ögünç, Y. T., ve Yaşar, R. (2025). Yara Yönetiminde Beslenme İlkeleri. Merdiyye Şendir, S., Göktaş, S., Rızalar, S. ve Gezgin-Akpınar, E (Ed.), *Yara ve Stoma Hemşireliği* (içinde: 186-206). Ankara: Nobel Tıp Kitabevleri. ISBN: 978-625-556-254-8, Türkçe (Bilimsel Kitap).
2. Yaşar, R., ve Şahin, F. (2024). Bor ve Obezite. K. Şahin (Ed.), *21. Yüzyılın Salgını: Obezite* (içinde: 165-186). Ankara: Türkiye Bilimler Akademisi. ISBN: 978-625-6110-23-6, Türkçe (Bilimsel Kitap)

BİLİMSEL TOPLANTILARDA SUNULAN ve BİLDİRİ KİTABINDA (PROCEEDİNG) BASILAN BİLDİRİLER

1. Yaşar, R., Tarakçı Filiz, N. G., Yılmaz, Ş., Garipağaoğlu Denizhan, M. ve Şahin, F. (2025). Copper in bottled water: Pilot data in relation to Wilson's disease and the general population [Sözlü bildiri, İngilizce]. 16. Uluslararası Kadın Çocuk Sağlığı ve Eğitimi Kongresi, 27-28 Aralık 2025.
2. Aytekin, Ö., Yaşar, R., Yılmaz, Ş. ve Şahin, F. (2025). Nutritional and health implications of some essential and non-essential elements in edible salts commonly consumed in Türkiye [Sözlü bildiri, İngilizce]. IV. International Congress of the Turkish Journal of Agriculture-Food Science and

- Technology, 28-30 Nisan 2025.
3. Kuru-Yaşar, R. ve Üstün-Aytekin, Ö. (2025). Nutritional and health implications of some essential and non-essential elements in edible salts commonly consumed in Türkiye [Sözlü bildiri, İngilizce]. TURJAF Congress, 28-30 Nisan 2025.
 4. Kuru-Yasar, R. ve Üstün-Aytekin, Ö. (2023). Türkiye’de tüketilen mikroalg içeren bazı ürünlerin ağır metal içeriğinin belirlenmesi [Sözlü bildiri, İngilizce]. 2. Uluslararası Geleneksel Gıdalar ve Sürdürülebilir Beslenme Sempozyumu, Toros Üniversitesi, Mersin, 5-6 Ekim 2023.
 5. Kuru, R., Yılmaz, S., Saçan, Ö., Yanardağ, R., Yarat, A. ve Şahin, F. (2020). Boron levels in bottled waters in Turkey [Sözlü bildiri, İngilizce]. 23rd International Eurasian Conference on Biological and Chemical Sciences, Ankara, 19-20 Mart 2020.
 6. Kuru, R., Kuru, D., Şener, G., Ercan, F. ve Yarat, A. (2019). Investigation of the effect of Myrtus communis L. extract and apocynin on the lens total antioxidant and oxidant status of obese rats induced by high fat diet [Poster bildiri, İngilizce]. International Multidisciplinary Symposium on Drug Research and Development, 1-3 Temmuz 2019.
 7. Kuru, R., Yılmaz, S., Balan, C., Tüzüner, B. A., Taşlı, P. N., Akyüz, S., Öztürk, F. Y., Altuntaş, Y., Yarat, A. ve Şahin, F. (2019). Boron levels in main body fluids: Can saliva boron levels replace serum boron levels? [Sözlü bildiri, İngilizce]. International Symposium on Boron, 17-19 Nisan 2019.
 8. Kuru, R., Balan, G., Yılmaz, S., Akyüz, S., Taşlı, P. N., Yarat, A. ve Şahin, F. (2018). Boron levels in primary and permanent teeth [Sözlü bildiri, İngilizce]. First International Balkan Chemistry Congress, 17-20 Eylül 2018.
 9. Kuru, R., Balan, G., Akyüz, S. ve Yarat, A. (2018). Evaluation of fluoride levels in primary and permanent teeth with and without caries [Poster bildiri, İngilizce]. Marmara Üniversitesi Uluslararası Diş Hekimliği Sempozyumu, 4-5 Mayıs 2018.
 10. Kuru, R., Yılmaz, S., Saçan, O., Yanardağ, R., Yarat, A. ve Şahin, F. (2018). Turkey drinking water boron concentration and its biological importance [Poster bildiri, İngilizce]. Uluslararası Su ve Çevre Kongresi, 22-24 Mart 2018.
 11. Saçan, Ö., Kuru, R., Yanardağ, R., Yarat, A., Şahin, F., ve Yılmaz, Ş. 3rd International Eurasian Conference on Biological and Chemical Sciences (EurasianBioChem 2020), Ankara, Türkiye, 19-20 Mart 2020, ss.763-767, (Tam Metin Bildiri)
 12. Kuru, R., Yılmaz, S., Taşlı, P. N., Yarat, A. ve Şahin, F. (2017). Boron in some daily foods [Sözlü bildiri, İngilizce]. International Meeting on Education and Research in Health Sciences, 4 Kasım 2017.
 13. Kuru, R., Öner, C., Doğan, B. ve Telatar, B. (2014). Physical activity level of hospital staff [Poster bildiri, İngilizce]. XI Metabolic Syndrome Symposium, Eylül 2014.

ÖDÜLLER

- İstanbul Bilim Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölüm Birinciliği Ödülü

SERGİLER, ATÖLYELER, SANATSAL PERFORMANSLAR: -

PROFESYONEL KATKILAR, FAALİYETLER VE ÜYELİKLER

Faaliyetler:

- 28.01.2026-Kadıköy Belediyesi-Feneryolu Gönüllü Evi-Yaş Alma Sanatı ve Beslenme (Toplum Sağlığı Bilgilendirmek Kapsamlı Faaliyet)

- 28.11.2025-Beyoğlu Belediyesi-Kadın Dayanışma ve Yaşam Merkezi-Sonbahar ve Kışa Uyumlu Sağlıklı Beslenme ve Diyet” Semineri (Toplum Sağlığı Bilgilendirme Kapsamlı Faaliyet)
- 08.12.2025 İstanbul Galata Üniversitesi-Beslenme ve Sağlık Perspektifiyle Türkiye’nin Beyaz Altını: Bor Semineri. (Üniversite Bünyesinde Seminer)
- 09.01.2024-Sağlık Bilimleri Üniversitesi-Sağlık ve Gıda Sektöründe Yeni Trend: Postbiyotikler- (Üniversite Bünyesinde Seminer)
- 11.01.2024-Bağırsak Sağlığımız ve Probiyotikler (Toplum Sağlığı Bilgilendirmek Kapsamlı Faaliyet)
- 2021-2026-Evrin Okulları, Çocuklarda Sağlıklı Beslenme Eğitimleri ve Uygulamaları (Toplum Sağlığı Bilgilendirme Kapsamlı Faaliyet)
- 2017-Bostancı Doğa Koleji-Çocuklarda Sağlıklı Beslenme Sunumu (Toplum Sağlığı Bilgilendirme Kapsamlı Faaliyet)
- 2017-Aşık Veysel Anadolu Lisesi-Çocuklarda Sağlıklı Beslenme Sunumu (Toplum Sağlığı Bilgilendirme Kapsamlı Faaliyet)
- 2016-EVYAP Firması-Çalışanlarda Sağlıklı Beslenme Eğitimi. (Toplum Sağlığı Bilgilendirme Kapsamlı Faaliyet)
- 2015-Maltepe Belediyesi-Dünya Diyabet Günü Etkinliği (Konuşmacı Olarak Davet Edilmiştir).
- 2015-Türkiye Eğitim Gönüllüleri Vakfı-Çocuklarda Sağlıklı Beslenme Etkinlikleri (Gönüllülük Esaslı Eğitim)
- 2014-Özel Neslin Değişen Sesi Okulları. Çocuklarda Beslenme Eğitimi (Toplum Sağlığı Bilgilendirme Kapsamlı Faaliyet)
- 2014-50. Yıl Tahran Lisesi-Lise Öğrencilerine Sağlıklı Beslenme Semineri. (Toplum Sağlığı Bilgilendirme Kapsamlı Faaliyet)
- 2014-Procter & Gamble-Çalışanlarda Sağlıklı Beslenme Semineri. (Toplum Sağlığı Bilgilendirme Kapsamlı Faaliyet)

Projeler

- 2025-devam ediyor. Araştırmacı-Beykent Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projesi-Sporcu Beslenmesinde Kullanılan Bazı Ergojenik Desteklerde Mikroplastik ve Ağır Metal, Gıda Güvenliği ve Sağlık Riski Değerlendirmesi. (BAP-07) (Sürdürülebilirlik ve Çevre Kapsamlı Proje) (Yükseköğretim Kurumları Tarafından Destekli Bilimsel Araştırma Projesi)
- 2023-2025. Araştırmacı. Sağlık Bilimleri Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projesi. Bazı biyoaktif bileşiklerin kolon kanser hücre hattı üzerindeki etkilerinin *in vitro* incelenmesi. (2023-075) (Yükseköğretim Kurumları Tarafından Destekli Bilimsel Araştırma Projesi)
- 2016-2018. Araştırmacı-Marmara Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projesi-İnsanlarda Diyet ile Alınan Bor Miktarının Bazı Biyokimyasal Parametreler Üzerine Olan Etkisinin İncelenmesi. (SAG-C-YLP-070317-0092). (Yükseköğretim Kurumları Tarafından Destekli Bilimsel Araştırma Projesi)

Mesleki Gelişim ve Alınan Serfikalı Eğitimler

- Mayıs 2023-Biotechnica: İleri Seviye Hücre Kültürü Teknikleri.
- Nisan 2023-İstanbul Aydın Üniversitesi: Topraksız Tarım Eğitimi.
- 2022-Atlas Biyoteknoloji Merkezi (Ankara): Hücre Kültürü ve Moleküler Biyoloji Araştırma Kursu.
- 1 Mart-31 Mayıs 2022-Acıbadem Üniversitesi Sürekli Eğitim ve Gelişim Merkezi: Gastroenteroloji Diyetisyenliği Sertifika Programı.
- Ocak-Mart 2021-Yeditepe Üniversitesi: Sertifikalı Online Fitoterapi Programı.
- Temmuz 2016-Yeditepe Üniversitesi: Deney Hayvanları Kullanım Sertifikası.

Üyelikler

- 2020-halen: Üye-Türkiye Diyetisyenler Derneği
- 2025-halen: Yönetim Kurulu Yedek Üye-Onkoloji Diyetisyenleri Derneği

ÜNİVERSİTE İDARİ GÖREVLER

- İstanbul Galata Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Kalite Temsilcisi

YÖNETİLEN YÜKSEK LİSANS VE DOKTORA TEZLERİ: -

Son İki Yılda Verdiği Önlisans, Lisans ve Lisansüstü Düzeyindeki Dersler

Akademik Yıl	Dönem	Dersin Adı	Haftalık Saati		Öğrenci Sayısı
			Teorik	Uygulama	
2025-2026	Güz	Beslenme Biyokimyası-1	3	0	21
		Anne ve Çocuk Beslenmesi	2	2	27
		Çocuk Hastalıklarında Beslenme ve Diyetetik Uygulamaları-1	2	2	29
		Mikrobiyota ve Diyet Etkileşimi	2	0	18
		Beslenme ve Diyetetik Alanında Mesleki Eğitim 1-Çocuk	0	18	11