

Bilimsel verileri, sporcuların performansına güç veren yaşayan sistemlere dönüştürmeyi ilke edinmiş bir performans diyetisyeni ve araştırmacıyım. **10** yılı aşkın sürede **300'**den fazla sporcunun yolculuğuna eşlik ederken, üniversite ve araştırma dünyasında karmaşık projelerin liderliğini üstlendim. Karmaşık performans ortamlarına dingin bir düzen getirmeyi; antrenörler, sağlık ekipleri ve sporcular arasında ortak bir dil kurmayı çok önemsiyorum. Akademik birikimimi mentorluk yaptığım **70'**ten fazla öğrenciyle paylaşırken, Türkiye'de öncülük ettiğim **ISAK 3. Seviye** eğitimleriyle ülkemizdeki sporcu takip standartlarını yukarı taşımayı hedefledim. Benim için her veri, bir sporcunun emeğine rehberlik edecek bir ışık; her beslenme planı ise başarıya giden yolda bir yol arkadaşlığıdır.

ÖNE ÇIKAN YETKİNLİKLER & BAŞARILAR

- Uluslararası Kayıtlı Diyetisyen (**İrlanda - CORU**)
- ISAK Seviye 3 Eğitmeni & Antropometrist (**ISAK Global**)
- İrlanda Hükümeti Postdoktora Bursiyeri (**Irish Research Council**), DCU (2023–2024)
- Eğitimli Flebotomist | FODMAP Eğitimli Diyetisyen (**Monash Üniversitesi**) | ICH-GCP
- Burslar & Ödüller:** TÜBİTAK 2209-A (3 proje destekli), **Rega Institute** araştırma hibesi, TEV bursu, **MSCA – Seal of Excellence**
- Araştırma etkisi:** Scopus H-indeks 10; 340+ atıf

ÖNE ÇIKAN PROJELER

- DCU Doktora Sonrası Araştırma Yönetimi:** **40 yetişkin + 60 master sporcu** ile yürütülen çalışmanın uçtan uca yürütülmesini üstlendim; katılımcı alımı, **kan örneklemesi**, **VO₂max testleri**, **laktat eşliği değerlendirmesi**, **antrenman zonlarının belirlenmesi**, tekrarlı testlerin lojistiği, dokümantasyon ve paydaş koordinasyonunu gerçekleştirdim.
- Uluslararası Araştırma Ortaklıkları & Proje Yönetimi:** Cambridge Reach Sci bünyesinde, farklı ülkelerden ekiplerin iş birliğiyle yürütülen 3 uluslararası klinik projenin koordinasyonunu, stratejik takibini ve raporlama süreçlerini başarıyla tamamladım.
- Türkiye'de ISAK Standartlarının Kurulması:** ISAK Seviye 3 Eğitmeni olarak, **ilk kez** ISAK eğitimlerini hayata geçirerek **iki kapsamlı program** düzenledim; vücut kompozisyonu analizi ve sporcu izleme standartlarını uluslararası düzeye taşımayı hedefledim.
- Olimpiyat Hazırlık Ortamında Saha Deneyimi:** Doktora araştırma sürecimde, Türkiye Olimpiyat Hazırlık Merkezi'ndeki (TOHM) veri toplama operasyonlarını; elit sporcu dinamikleri ve kurum içi lojistik süreçlerle tam uyum içinde yönettim.
- Nitelikli Uzman Yetiştirme ve Mentorluk:** 70'ten fazla genç diyetisyene rehberlik ederek; araştırma tasarımı, profesyonel gelişim ve yüksek performans standartları konularında birikimimi aktardım.
- Bilimden Sahaya Uygulama Modelleri:** Teorik verileri sahadaki sporcular için pratik sistemlere dönüştürerek; **özellikle spor beslenmesi, doping, gıda & spor beslenmesi okuryazarlığı, LEA (Düşük Enerji Kullanılabilirliği) ve vücut kompozisyonu odaklı 50'den fazla profesyonel eğitim içeriği** ve uygulanabilir iş **antrenörler, adölesan sporcular, diyetisyenler, sağlık personeli ve aileler** akışı geliştirdim. Bu eğitimleri gibi farklı hedef gruplara uyarlayarak sahada doğrudan kullanılabilir hale getirdim.

EĞİTİM VE AKADEMİK YETKİNLİKLER

PhD, Beslenme ve Diyetetik, Haziran 2019, GPA:3.85

Hacettepe Üniversitesi, Ankara, Türkiye

Tez: “Ultra dayanıklılık sporcularının beslenme durumu ile probiyotik kullanımının egzersizle indüklenen semptomlar ve dayanıklılık performansına etkisi”

(Bağırsak mikrobiyom analizleri **Raes Lab** tarafından fonlanmıştır, KU Leuven, Belçika)

MSc, Beslenme ve Diyetetik, Temmuz 2016, GPA:3.56

Hacettepe Üniversitesi, Ankara, Türkiye

Tez: “Kas dismorfik bozukluğu envanteri ve vücut geliştirici imaj şeması'nın geçerlik ve güvenilirlik durumu ile yeme tutumu testi arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi”

BSc, Beslenme ve Diyetetik, Haziran 2011, GPA:3.79

Ankara Üniversitesi, Ankara, Türkiye

PROFESYONEL DENEYİM

Spor Diyetisyeni & Performans Beslenme Uzmanı (Serbest Zamanlı)

⌚ Ağustos 2015- günümüz

📍 Rotterdam, Hollanda & Türkiye

•**Elit & rekreasyonel sporcu Danışmanlığı:** Dayanıklılık ve yüksek beceri gerektiren branşlarda 300'den fazla sporcuya periyodize beslenme desteği sağladım.

•**Kapasite Geliştirme:** Türkiye'de iki ISAK akreditasyon kursu açarak sporcu popülasyonlarında vücut kompozisyonu değerlendirme standartlarını ulusal düzeyde yükselttim.

•**Eğitim Tasarımı:** Sporcuların kendi beslenme süreçlerini yönetmeleri ve LEA risklerini azaltmaları için kanıta dayalı uygulamalar geliştirdim.

Doktora Sonrası Araştırmacı (Egzersiz Fizyolojisi)

📅 Ocak 2023- Aralık 2024

📍 Dublin City University, Dublin, İrlanda

Danışman: **Brendan Egan**, Doç. Dr.

•**Çalışma Yönetimi:** 100'den fazla katılımcının (master sporcular dahil) yer aldığı yüksek performans çalışmalarının uçtan uca yürütülmesini yönettim.

•**Stratejik Proje Yönetimi:** İrlanda, İngiltere ve İsviçre başta olmak üzere çok merkezli projelerin karmaşık lojistik süreçlerini ve tekrarlı test protokollerini, veri bütünlüğünden ödün vermeden titizlikle koordine ettim.

•**Uygulamalı Etki:** Bilimsel verileri sadece kâğıt üzerinde bırakmayıp; **antrenör, fizyoterapist, psikolog ve spor hekimi** ile yakın iş birliği içinde çalışarak enerji kullanılabilirliği ve fiziksel uygunluk değerlendirmelerini sahada uygulanabilir, sonuç odaklı iş akışlarına dönüştürdüm. Karmaşık analizleri, antrenör ve sporcular için anlaşılır, uygulanabilir ve rehberlik edici stratejilere çevirerek ekip içinde ortak bir performans dili oluşturdum.

Doktor Öğretim Üyesi / Araştırma Görevlisi

📅 Mart 2015 – Aralık 2024

📍 İstanbul Medeniyet Üniversitesi & Hacettepe Üniversitesi, Türkiye

•**Geleceğin Uzmanlarını Yetiştirme:** 70'ten fazla öğrenci ve genç diyetisyene sadece akademik bilgi değil, sahadaki yüksek performans standartlarını da aşılacak Türkiye spor ekosistemine nitelikli ve vizyoner uzmanlar kazandırdım.

•**Proje ve Saha Liderliği:** Türkiye Olimpiyat Hazırlık Merkezi (TOHM) bünyesinde yürüttüğüm çalışmalarda; elit sporcuların çalışma disiplinine, kurumun hassas hiyerarsisine ve saha lojistiğine tam uyum sağlayarak karmaşık veri toplama süreçlerini başarıyla yönettim.

Uluslararası Proje Danışmanı, Cambridge Reach Sci, Global

Mini-PhD Programı

📅 Eylül 2023- Eylül 2024

📍 Cambridge, İngiltere

Uluslararası Proje Koordinasyonu: Meksika ve Macaristan'dan ekiplerin yer aldığı 3 farklı uluslararası klinik araştırma projesinde; operasyonel süreçlerin yönetimini üstlenerek stratejik ilerleme raporlamalarını ve takımlar arası iş birliğini başarıyla yürüttüm