

## Spis treści

Słowo wstępne	I
Wprowadzenie	III
O autorach	VII
1. Otyłość jako narastający problem zdrowotny w Polsce i na świecie	1
2. Otyłość - definicja, metody oceny otyłości	11
3. Klasyfikacja otyłości	27
4. Przyczyny otyłości prostej u dzieci	33
5. Otyłość jako wynik zaburzeń w regulacji procesów metabolicznych oraz spożywania pokarmów	47
6. Najczęstsze skutki zdrowotne otyłości prostej wieku dziecięcego	59
7. Wskazania żywieniowe dla dzieci i młodzieży	71
8. Informacje na opakowaniach produktów spożywczych – jak je interpretować	103
9. Otyłość dziecięca z perspektywy psychologa praktyka	151
10. Aktywność fizyczna a zdrowie. Wybrane aspekty teoretyczno-praktyczne	167