

SPIS TREŚCI

PRZEDMOWA, 4

ĆWICZENIE 1

Epidemiologia żywieniowa i mierniki stanu zdrowia, 5

Wprowadzenie, 5
Opis i wykonanie ćwiczeń, 8
Materiał do ćwiczeń, 8
Piśmiennictwo, 8

ĆWICZENIE 2

Metody badań żywieniowych i zasady ich wyboru, 10

Wprowadzenie, 10
Zasady wyboru metody, 12
Opis i wykonanie ćwiczeń, 13
Materiał do ćwiczeń, 15
Piśmiennictwo, 15

ĆWICZENIE 3

Ocena sposobu żywienia i spożycia żywności, 16

Wprowadzenie, 16
Opis i wykonanie ćwiczeń, 20
Materiał do ćwiczeń, 21
Piśmiennictwo, 21

ĆWICZENIE 4

Ocena jakości żywności i metody jej przeprowadzania, 22

Wprowadzenie, 22
Opis i wykonanie ćwiczeń, 30
Materiał do ćwiczeń, 30
Piśmiennictwo, 30

ĆWICZENIE 5

**Podstawy metodyczne oceny wybranych zachowań żywieniowych
oraz ich uwarunkowań, 31**

Wprowadzenie, 31
Determinanty zachowań żywieniowych, 32
Podstawy metodyczne badania zachowań żywieniowych i ich uwarunkowań, 34
Przykładowy kwestionariusz do badania zwyczajów żywieniowych, 38
Opis i wykonanie ćwiczeń, 44
Materiał do ćwiczeń, 46
Piśmiennictwo, 46

ĆWICZENIE 6

Ocena stanu odżywienia, 47

Wprowadzenie, 47
Antropometryczne metody oceny stanu odżywienia, 47
Laboratoryjne metody oceny stanu odżywienia, 54
Medyczne metody oceny stanu odżywienia, 56
Opis i wykonanie ćwiczeń, 57
Opisy przypadków, 59
Materiał do ćwiczeń, 62
Piśmiennictwo, 62

ANEKS, 63