

Program kursu Specjalista dietetyki ds. leczenia nadwagi i otyłości

- Anatomia ludzkiego ciała i procesy metaboliczne
 - *Budowa ludzkiego ciała – kości, mięśnie*
 - *Fizjologia człowieka*
 - *Układ pokarmowy*
 - *Trawienie i wchłanianie substancji odżywczych*
 - *Procesy metaboliczne zachodzące w ciele*
 - *Składniki pokarmowe i ich funkcje*
- Otyłość i jej konsekwencje
 - *Przyczyny nadwagi*
 - *Wpływ otyłości na stan zdrowia człowieka*
 - *Psychologia nadmiernego jedzenia*
 - *Wpływ stresu na zachowania żywieniowe*
 - *Metody oceny stanu odżywiania*
 - *Skala otyłości*
 - *Rodzaje otyłości*
 - *Wskaźniki BMI*
 - *Konsekwencje otyłości – choroby*
 - *Jedzenie kompulsywne*
- Zapobieganie i leczenie otyłości
 - *Zapobieganie otyłości – dieta, suplementacja*
 - *Zalecenia dietetyczne w otyłości*
 - *Profilaktyka otyłości u dzieci*
 - *Kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych*
 - *Psychologiczne sposoby redukowania nadwagi*