

SPIS TREŚCI

Wstęp	5
Otyłość – charakterystyka jednostki chorobowej i zasady leczenia	6
Aktywność fizyczna jako składowa kompleksowego leczenia otyłości	10
Sposoby pomiaru aktywności fizycznej	15
Kwestionariusze aktywności fizycznej	19
Paffenbarger Physical Activity Questionnaire	23
Minnesota Leisure Time Physical Activity Questionnaire ...	27
Seven-Day Physical Activity Recall	36
Framingham Physical Activity Index	43
Netherlands Health Education project Questionnaire	45
Czujniki ruchu	46
Pedometry (krokomierze)	46
Akcelerometry	48
Powtarzalność i walidacja kwestionariuszy i czujników ruchu	54
Uwagi końcowe	56
Piśmiennictwo	57