

Autorzy

Przedmowa

Część I. Żywnienie w systemie ochrony zdrowia społeczeństwa

1. Zdrowie i jego uwarunkowania - Henryk Kirschner, Iwona Traczyk

1.1. Wprowadzenie

1.2. Definicje zdrowia

1.3. Kryteria zdrowia

1.4. Ocena zdrowia populacji

1.5. Uwarunkowania zdrowia

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

2. Żywność i żywienie a zdrowie - Jan Gawęcki, Joanna Suliburska

2.1. Wprowadzenie

2.2. Żywność wczoraj i dziś oraz jej wykorzystanie w żywieniu

2.3. Związek żywności i żywienia ze stanem zdrowia

2.4. Interakcje żywności i leków

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

3. Epidemiologia żywieniowa - Wojciech F. Roszkowski, Barbara Pietruszka, Ewa Sicińska, Joanna Kałuża

3.1. Wprowadzenie

3.2. Definicje i zakres epidemiologii żywieniowej

3.3. Klasyfikacja badań epidemiologicznych

3.4. Dobór próby i obliczenie niezbędnej jej liczebności

3.5. Badania w zakresie epidemiologii żywieniowej –
kwestionariusze i ich walidacja

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

4. Mierniki zdrowotne i ich powiązanie z czynnikami żywieniowymi -
Joanna Kałuża, Hanna Roszkowska, Ewa Sicińska, Wojciech F. Roszkowski

4.1. Wprowadzenie

4.2. Mierniki zdrowotne stosowane w epidemiologii żywieniowej

4.3. Ocena powiązań pomiędzy narażeniem a efektem zdrowotnym

4.4. Hierarchia dowodów naukowych

4.5. Ocena głównych czynników modyfikujących związki żywienia ze zdrowiem

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

5. Przyczyny zaburzeń zdrowia o podłożu żywieniowym na świecie
i w Polsce - *Lidia Wądołowska, Joanna Kowalkowska, Beata Stasiewicz*

5.1. Wprowadzenie

5.2. Żywieniowe przyczyny zaburzeń zdrowia

5.3. Niedożywienie jako przyczyna zaburzeń zdrowia

5.4. Czynniki ryzyka chorób związane ze stylem życia
i środowiskiem

5.5. Metaboliczne przyczyny zaburzeń zdrowia

5.6. Możliwości poprawy zdrowia poprzez modyfikację odżywiania
i stylu życia

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

6. Rola żywienia i aktywności fizycznej w profilaktyce otyłości
i przewlekłych chorób niezakaźnych - *Mirosław Jarosz, Wioletta
Respondek*

6.1. Wprowadzenie

6.2. Epidemiologia nadwagi i otyłości oraz ich konsekwencje

6.3. Żywieniowe czynniki ryzyka przewlekłych chorób niezakaźnych

6.4. Aktywność fizyczna a profilaktyka przewlekłych chorób
niezakaźnych

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

7. Genetyka i genomika w ocenie ryzyka chorób dietozależnych i ich prewencji - *Grażyna Nowicka, Agata Chmurzyńska*

7.1. Wprowadzenie

7.2. Gen, ekspresja genu, zmienność genetyczna

7.3. Składniki diety a ekspresja genów

7.4. Warianty genetyczne a odpowiedź metaboliczna na składniki diety

7.5. Składniki diety a stabilność genomu

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

Część II. Uwarunkowania sposobu żywienia się społeczeństwa

8. Żywnienie a funkcje poznawcze i zdrowie psychiczne człowieka - *Jadwiga Hamułka, Monika Zielińska-Pukos, Agata Białecka-Dębek*

8.1. Wprowadzenie

8.2. Rozwój i funkcjonowanie układu nerwowego

8.3. Wpływ składników pokarmowych na układ nerwowy i zdrowie psychiczne

8.4. Żywnieniowa profilaktyka zaburzeń funkcji poznawczych i zdrowia psychicznego

To jest najważniejsze

9. Czynniki ekonomiczne warunkujące sposób żywienia populacji - *Krystyna Gutkowska, Irena Ozimek, Hanna Górską-Warsewicz*

9.1. Wprowadzenie

9.2. Uwarunkowania makroekonomiczne

9.3. Uwarunkowania mikroekonomiczne

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

10. Czynniki klimatyczne a sposób żywienia - *Jerzy Bertrandt*

10.1. Wprowadzenie

10.2. Wpływ klimatu na zaopatrzenie ludności w żywność

10.3. Wpływ zachodzących zmian klimatycznych na przyszłą produkcję żywności

10.4. Klimat a model żywienia

10.5. Wyzwania

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

11. Postęp naukowo-techniczny a sposób żywienia - *Janusz Czapski, Józef Korczak*

11.1. Wprowadzenie

11.2. Żywnościowe skutki rozwoju nauki i techniki w ujęciu historycznym

11.3. Biotechnologia i nanotechnologia w produkcji żywności

11.4. Postępy w technologii potraw oraz w organizacji żywienia zbiorowego

11.5. Perspektywy produkcji żywności

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

12. Związki kultury ze sposobem odżywiania się społeczeństwa - *Jan Gawęcki, Ewa Flaczyk, Michał A. Michalski*

12.1. Wprowadzenie

12.2. Wpływ religii na zachowania żywieniowe

12.3. Żywność tradycyjna

12.4. Kuchnie narodowe i regionalne

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

13. Czynniki społeczne a żywność i żywienie - *Marzena Jeżewska-Zychowicz, Marta Plichta*

13.1. Wprowadzenie

13.2. Cechy społeczne a sposób żywienia

13.3. Środowisko społeczne a sposób żywienia

13.4. Inne czynniki kształtujące zachowania żywieniowe

13.5. Społeczne funkcje żywności i żywienia

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

14. Psychologiczne determinanty sposobu żywienia - *Beata Ziółkowska, Magdalena Weber*

14.1. Wprowadzenie

14.2. Psychologiczne uwarunkowania zachowań żywieniowych

14.3. Bariery na drodze zmiany zachowań żywieniowych

14.4. Klasyfikacja zaburzeń karmienia i odżywiania

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

Część III. Racjonalizacja żywienia ludności

15. Polityka wyżywienia ludności – obszary działań i narzędzia realizacji - *Ewa Halicka, Krystyna Rejman, Barbara Kowrygo*

15.1. Wprowadzenie

15.2. Główne obszary działań polityki wyżywienia w XXI wieku

15.3. Narzędzia realizacji polityki wyżywienia w Unii Europejskiej

15.4. Polityka wyżywienia w aspekcie przyszłych wyzwań

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

16. Edukacja żywieniowa - *Anna Kołłajtis-Dołowy, Marta Jeruszka-Bielak*

16.1. Wprowadzenie

16.2. Definicje, cele i zakres edukacji żywieniowej

16.3. Planowanie edukacji żywieniowej

16.4. Ewaluacja edukacji żywieniowej i wiarygodność przekazywanej wiedzy

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

17. Wegetarianizm i diety niekonwencjonalne w świetle nauki o żywieniu - *Jan Gawęcki, Karolina Łagowska, Joanna Bajerska, Małgorzata Woźniewicz*

17.1. Wprowadzenie

17.2. Wegetarianizm

17.3. Charakterystyka wybranych diet niekonwencjonalnych – zalety i wady

17.4. Diety niekonwencjonalne a redukcja masy ciała

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

18. Żywność prozdrowotna - *Jan Gawęcki, Danuta Górecka*

18.1. Wprowadzenie

18.2. Pojęcie żywności prozdrowotnej i jej rodzaje

18.3. Korzyści i zagrożenia związane ze stosowaniem żywności prozdrowotnej

To jest najważniejsze

19. Suplementacja diety jako droga do poprawy stanu odżywienia i stanu zdrowia ludności - *Anna Brzozowska, Regina Olędzka, Ewa Sicińska*

19.1. Wprowadzenie

19.2. Suplementy diety jako środki spożywcze

19.3. Programy suplementacji dla zwalczania niedoborów witamin i składników mineralnych na świecie

19.4. Indywidualne stosowanie suplementów składników odżywczych

19.5. Stosowanie suplementów diety zawierających substancje aktywne inne niż składniki odżywcze

19.6. Zagrożenia dla zdrowia związane ze stosowaniem suplementów

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

Część IV. Bezpieczeństwo żywności i żywienia

20. Zatrucia i zakażenia pokarmowe jako problem społeczny - *Ewa Matczuk, Lucjan Szponar*

20.1. Wprowadzenie

20.2. Przyczyny i objawy zakażeń i zatruc pokarmowych

20.3. Sytuacja epidemiologiczna w zakresie zatruć i zakażeń pokarmowych

20.4. Działania prewencyjne mające na celu zmniejszanie ryzyka zatruć i zakażeń pokarmowych i wdrażanie systemów zarządzania bezpieczeństwem zdrowotnym żywności

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

21. Bioterroryzm żywnościowy - *Jerzy Bertrandt*

21.1. Wprowadzenie

21.2. Rodzaje i charakterystyka ataków bioterrorystycznych

21.3. Instrumenty ochrony przed atakiem bioterrorystycznym

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

22. Bezpieczeństwo żywności i żywienia w aspekcie międzynarodowym - *Lucjan Szponar, Ewa Matczuk*

22.1. Wprowadzenie

22.2. Komisja Kodeksu Żywnościowego

22.3. Europejski Urząd Bezpieczeństwa Żywności (EFSA)

22.4. System wczesnego ostrzegania o żywności i środkach żywienia zwierząt (RASFF)

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

23. Regulacje prawne zapewniające bezpieczeństwo żywności - *Maciej Taczanowski*

23.1. Wprowadzenie

23.2. Podstawowe unijne i polskie akty prawne ze sfery bezpieczeństwa żywności

23.3. Szczegółowe wymagania jakościowe w zakresie bezpieczeństwa żywności

23.4. Szczególne kategorie środków spożywczych w regulacjach prawnych sfery bezpieczeństwa żywności

23.5. Znakowanie żywności

23.6. Urzędowa kontrola żywności (nadzór)

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

24. Systemowe zarządzanie bezpieczeństwem zdrowotnym żywności -
Jacek Kijowski , Danuta Kołożyn-Krajewska, Joanna Trafiałek

24.1. Wprowadzenie

24.2. Ewolucja systemów zapewnienia i zarządzania
bezpieczeństwem żywności

24.3. Charakterystyka ogólna normy ISO 22000

24.4. Kluczowe elementy składowe systemu zarządzania
bezpieczeństwem żywności

24.5. Działania operacyjne

24.6. Realizacja systemowego zapewnienia bezpieczeństwa
żywności w Polsce

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

25. Żywnienie a zdrowie publiczne w XX i XXI wieku - *Anna Gronowska-Senger*

25.1. Wprowadzenie

25.2. Cechy charakterystyczne żywienia w XX wieku

25.3. Problemy żywieniowo-zdrowotne w XXI wieku

25.4. Żywnienie a zdrowie społeczne – prewencja zagrożeń

To jest najważniejsze

Literatura uzupełniająca

Przypisy