

Spis treści

Wstęp	7
-----------------	---

Rozdział pierwszy

Otyłość jako choroba współczesnej cywilizacji	17
---	----

1. Rozważania definicyjne na temat zdrowia i choroby	17
2. Nadwaga i otyłość — ustalenia definicyjne i typologiczne	25
3. Sposoby diagnozowania nadmiernej masy ciała	30
4. Nadmierna masa ciała — wyzwaniem dla zdrowia publicznego i promocji zdrowia	34

Rozdział drugi

Uwarunkowania nadwagi i otyłości	43
--	----

1. Kultura masowa a etiologia nadmiernej masy ciała	43
2. Biologiczny kontekst nadmiernej masy ciała	51
3. Rola czynników psychologicznych w rozwoju nadwagi i otyłości	54
4. Styl życia współczesnego człowieka — główny „sprawca” epidemii otyłości	59

Rozdział trzeci

Nadwaga i otyłość jako wyznaczniki psychospołecznego funkcyjono- wania człowieka w środowisku życia w świetle badań własnych	73
---	----

1. Nadmierna masa ciała z perspektywy doświadczeń społecznych osób oty- łych	73
2. Znaczenie nadmiernej masy ciała w obszarze funkcjonowania psycho- społecznego jednostki	105
3. Sposoby radzenia sobie z piętnem otyłości	112
4. Internet jako źródło wsparcia społecznego dla osób z nadmierną masą ciała	121

Profilaktyka, promocja zdrowia i edukacja zdrowotna w walce z nadwagą i otyłością jako istotny obszar działań instytucjonalnych i poza-instytucjonalnych	133
1. Profilaktyka nadwagi i otyłości w wymiarze indywidualnym i społecznym	133
2. Znaczenie promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej w kształtowaniu prawidłowej masy ciała	148
Zakończenie i wnioski	161
Bibliografia	165
Summary	179
Zusammenfassung	181