

Spis treści

Wprowadzenie	11
---------------------------	-----------

I. CZĘŚĆ TEORETYCZNA

1. Dlaczego (nie) jemy?	19
1.1. Wstęp.....	19
1.2. Głód kontra apetyt.....	20
1.3. Mechanizm sięgania po jedzenie.....	21
1.4. Czy jedzenie może uzależnić?.....	26
2. Czym są nadwaga i otyłość	30
2.1. Wstęp.....	30
2.2. Rozumienie otyłości w różnych koncepcjach.....	31
2.3. Obraz otyłości w zależności od płci.....	35
2.4. Epidemiologia oraz antropologia nadwagi i otyłości.....	36
2.5. Kryteria rozpoznawania nadwagi i otyłości - wskaźniki antropologiczne.....	39
2.5.1. Wskaźnik Queteleta (WQ, BM \dot{I}).....	39
2.5.2. Wskaźnik Rohrera (WR).....	40
2.5.3. Wskaźnik smukłości (WS).....	41
2.5.4. Wskaźnik dystrybucji tłuszczu (WHR).....	41
2.6. Uwarunkowania otyłości.....	42
2.6.1. Czynniki fizjologiczne.....	44
2.6.2. Czynniki genetyczne.....	45
2.6.3. Czynniki środowiskowe.....	47
2.6.4. Czynniki żywieniowe.....	47
2.6.5. Czynniki psychologiczne.....	49
2.7. Następstwa nadwagi i otyłości.....	53
2.7.1. Medyczne następstwa otyłości.....	53
2.7.2. Psychospołeczne następstwa otyłości.....	56
2.8. Leczenie oraz profilaktyka nadwagi i otyłości.....	57
3. Czym są niedowaga i niedożywienie	64
3.1. Wstęp.....	64
3.2. Rozumienie niedowagi i niedożywienia w różnych koncepcjach.....	65
3.3. Epidemiologia oraz antropologia niedowagi i niedożywienia.....	67

3.4. Kryteria i narzędzia rozpoznawania niedowagi i niedożywienia - wskaźniki antropologiczne.....	69
3.5. Uwarunkowania niedowagi i niedożywienia.....	71
3.6. Następstwa niedowagi i niedożywienia.....	76
3.7. Leczenie oraz profilaktyka niedowagi i niedożywienia.....	79
4. Problematyka masy ciała dziewcząt w okresie adolescencji.....	83
4.1. Wstęp.....	83
4.2. Normatywne zmiany biologiczne - dojrzewanie dziewcząt.....	84
4.3. Specyfika dorastania dziewcząt we współczesnym świecie.....	87
4.4. Masa ciała jako wymiar samooceny i Ja fizycznego nastolatków.....	90
4.4.1. Samoocena.....	90
4.4.2. Ja fizyczne.....	92
4.5. Konsekwencje nieprawidłowej masy ciała dla planowania przyszłości.....	95
5. Zdrowie i choroba w kontekście nieprawidłowej masy ciała.....	100
5.1. Wstęp.....	100
5.2. Ustalenia definicyjne: zdrowie i choroba w świetle problematyki nieprawidłowego BMI.....	101
5.3. Subiektywny obraz choroby.....	104
5.3.1. Poznawcza reprezentacja choroby - ustalenia definicyjne.....	105
5.3.2. Geneza poznawczej reprezentacji choroby.....	109
6. Zaburzenia łaknienia a problem masy ciała.....	113
6.1. Wstęp.....	113
6.2. Definicja i klasyfikacja nieprawidłowych zachowań jedzeniowych.....	114
6.3. Zaburzenia odżywiania oraz nieprawidłowe zachowania żywieniowe związane z otyłością.....	116
6.3.1. <i>Binge eating</i> - kompulsywne objadanie się.....	116
6.3.2. <i>Bulimia neruosa</i>	118
6.3.3. <i>Carbohydrate craving</i> - wilczy apetyt na słodczyce/ <i>hyperphagia</i> słodczy....	123
6.3.4. <i>Night eating syndrome</i> (NES) - zespół jedzenia nocnego.....	123
6.3.5. <i>Sleep-related eating disorder</i> (SRED) - zaburzenia odżywiania związane ze snem.....	124
6.3.6. <i>Stress eating</i> - jedzenie pod wpływem stresu.....	125
6.3.7. Anarchia jedzeniowa.....	126
6.3.8. <i>Hyperphagia, polyphagia</i> (objadanie się, obżarstwo).....	127
6.4. Zaburzenia odżywiania oraz nieprawidłowe zachowania żywieniowe związane z niedowagą.....	128
6.4.1. <i>Anorexia neruosa</i> - jadłowstręt psychiczny.....	128
6.4.2. <i>Orthorexia neruosa</i>	130
Podsumowanie części teoretycznej.....	132

II. CZĘŚĆ EMPIRYCZNA

7. Program badań własnych.....	137
7.1. Wstęp.....	137
7.2. Problem i hipotezy badawcze.....	138
7.3. Zmienne i ich struktura.....	141

7.4. Procedura badawcza i charakterystyka narzędzi badawczych.....	143
7.5. Charakterystyka grupy badanej.....	148
8. Wyniki badań przesiewowych.....	149
8.1. Ogólne właściwości badanej próby.....	149
8.1.1. Parametry antropometryczne.....	149
8.1.2. Aktywność fizyczna.....	150
8.1.3. Ogólna kondycja zdrowotna i zachowania zdrowotne.....	152
8.2. Nawyki żywieniowe i dieta.....	156
8.3. Zachowania związane z jedzeniem.....	162
9. Wyniki badań właściwych - analiza porównawcza badanych grup.....	166
9.1. Analiza jadłospisu badanych i ich tendencji żywieniowych.....	166
9.2. Samoocena.....	167
9.3. Retrospektywna ocena postaw rodzicielskich.....	170
9.4. Planowanie przyszłości.....	173
9.5. Analiza obrazu własnej choroby w porównywanych grupach (<i>Q-sort</i>).....	173
9.5.1. Świadomość, wiedza, straty i korzyści, rola rodziców w etiologii choroby i w procesie zdrowienia.....	180
9.6. Analiza porównawcza wszystkich wyników uzyskanych przez dziewczęta z otyłością i niedowagą.....	180
9.7. Zachowania związane z jedzeniem w świetle pozostałych wyników badań własnych.....	183
9.7.1. Ocena ryzyka otyłości i nieprawidłowych zachowań w sferze jedzenia na podstawie uzyskanych danych.....	184
9.7.2. Znaczenie predyktorów dla ujawnienia związków badanych zmiennych z otyłością i nieprawidłowymi zachowaniami w sferze jedzenia	186
10. Dyskusja wyników, wnioski, rekomendacje.....	191
10.1. Dane epidemiologiczne i parametry ogólne.....	191
10.2. Nieprawidłowe BMI w świetle zachowań związanych z jedzeniem.....	194
10.3. Nieprawidłowe BMI w świetle samooceny i spostrzegania ciała.....	196
10.4. Nieprawidłowe BMI w świetle retrospektywnej oceny postaw rodziców.....	199
10.5. Nieprawidłowe BMI w świetle zagadnień spostrzegania choroby i konstruowania jej poznawczej reprezentacji.....	203
10.6. Nieprawidłowe BMT w świetle problematyki planowania przyszłości.....	208
10.7. Wszystkie zmienne w porównywanych grupach i ich odniesienie do zachowań związanych z jedzeniem.....	212
Podsumowanie.....	215
Literatura.....	220
Załączniki.....	238
Załącznik 1. Wywiad dietetyczny.....	238
Załącznik 2. Obraz choroby osób z otyłością - <i>Q-sort</i>	243
Załącznik 3. Obraz choroby osób z niedowagą - <i>Q-sort</i>	245
Załącznik 4. Arkusz odpowiedzi - <i>Q-sort</i>	247
Załącznik 5. Kwestionariusz do badania indywidualnego stosunku do jedzenia ...	248
Psychosocial aspects of atypical body weight (Summary).....	250