

Spis treści

Wprowadzenie	7
I. Znaczenie wyżywienia dla zdrowia ludności	10
1. Zalecenia żywieniowe	12
II. Analiza spożycia żywności w krajach Unii Europejskiej	18
1. Austria	18
2. Belgia i Luksemburg	22
3. Bułgaria	25
4. Cypr	29
5. Dania	33
6. Finlandia	36
7. Francja	40
8. Grecja	43
9. Hiszpania	48
10. Holandia	51
11. Irlandia	55
12. Malta	58
13. Niemcy	62
14. Polska	66
15. Portugalia	69
16. Rumunia	73
17. Szwecja	76
18. Węgry	80
19. Wielka Brytania	83
20. Włochy	87
III. Ocena ilościowego spożycia żywności w krajach Unii Europejskiej .	91
1. Zmiany w spożyciu produktów pochodzenia roślinnego	92
2. Zmiany w spożyciu produktów pochodzenia zwierzęcego	93
3. Zmiany w spożyciu żywności ogółem	95
IV. Wskaźniki poziomu i struktury wyżywienia	98

V. Spożycie żywności a przewlekłe choroby niezakaźne	106
1. Główne przyczyny zgonów mieszkańców Unii Europejskiej	107
2. Nadwaga i otyłość w krajach Unii Europejskiej	110
3. Korelacja między spożywaniem żywności a umieralnością na choroby układu krążenia i nowotwory	116
3.1. Materiały i metodyka	116
3.2. Wyniki i ich omówienie	118
Podsumowanie i wnioski	122
Literatura	127