

# **Problemy zdrowotne związane z nadużywaniem produktów słodzonych przez dzieci w wieku szkolnym na podstawie literatury przedmiotu**

**Wstęp.....4**

## **Rozdział I**

Węglowodany jako podstawowe składniki pokarmowe

1.1. Rola węglowodanów dla prawidłowego funkcjonowania organizmu .....6

1.2. Rzeczywiste zapotrzebowanie organizmu dziecka w wieku szkolnym na węglowodany .....10

## **Rozdział II**

**Mechanizm powstawania uzależnienia od produktów słodzonych u dzieci**

2.1. Cukry pochodzenia naturalnego i syntetycznego oraz ich oddziaływanie na organizm dziecka .....17

2.2. Substancje słodzące a oddziaływanie na procesy zachodzące w psychice dziecka uwarunkowane biologicznie .....24

## **Rozdział III**

**Następstwa nadużywania produktów słodzonych przez dzieci**

3.1. Zdrowotne konsekwencje uzależnienia dzieci od produktów słodzonych..... 28

3.2. Społeczne konsekwencje uzależnienia dzieci od produktów słodzonych..... 32

3.3. Rola profilaktyki i edukacji zdrowotnej dla właściwego korzystania z produktów słodzonych przez dzieci..... 35

**Zakończenie..... 39**

**Bibliografia..... 40**

Opis zawartości pracy:

Niniejsze opracowanie stanowić będzie próbę ukazania problemów zdrowotnych związanych z nadużywaniem produktów słodzonych przez dzieci szkolne.

Praca składać się będzie z trzech rozdziałów.

**W pierwszym** z nich omówione zostaną węglowodany jako podstawowe składniki pokarmowe – ich rola w prawidłowym funkcjonowaniu organizmu oraz zapotrzebowanie dziecka w wieku szkolnym na tego typu składniki.

**Rozdział drugi** poświęcony będzie ukazaniu wpływu cukrów pochodzenia naturalnego i syntetycznego na organizm dziecka oraz genezie powstawania uzależnienia od produktów słodzonych u dzieci.

**W trzeciej części** opracowania przedstawione zostaną zdrowotne i społeczne konsekwencje uzależnienia dzieci od produktów słodzonych. Podkreślona zostanie rola profilaktyki i edukacji zdrowotnej w odniesieniu do umiejętnego stosowania produktów słodzonych przez dzieci.