

Świadomość Polek odnośnie właściwości odżywczych kwasów tłuszczowych 'Omega'

Wstęp.....3

Rozdział I

Charakterystyka i rola kwasów tłuszczowych „Omega”

1.1. Czym są kwasy tłuszczowe „omega”?.....5

1.2. Historia odkrycia funkcji kwasów tłuszczowych „omega”.....7

1.3. Podział kwasów tłuszczowych „omega” i zapotrzebowanie organizmu na nie.....8

1.4. Rola kwasów tłuszczowych „omega” w organizmie człowieka.....10

1.5. Przegląd najważniejszych produktów zawierających kwasy tłuszczowe „Omega”.....18

Rozdział II

Metodologia badania własnego

2.1. Przedmiot i cel badania.....23

2.2. Problemy badawcze.....24

2.3. Hipotezy badawcze.....25

2.4. Metody, narzędzia i techniki badawcze.....26

2.5. Organizacja i przebieg badania.....27

2.6. Charakterystyka badanych osób.....28

Rozdział III

Wyniki badania własnego.....32

Rozdział IV

Omówienie wyników.....62

Podsumowanie.....69

Wnioski.....71

Piśmiennictwo.....73

Streszczenie i słowa kluczowe.....76