

# Otyłość i profilaktyka otyłości wśród dzieci i młodzieży

## Wybór publikacji dostępnych online za lata 2006-2021

### Książki

1. **Jak pomóc** otyłemu nastolatkowi? : rola pielęgniarki szkolnej i nauczyciela wychowania fizycznego we wspieraniu młodzieży z nadwagą i otyłością : poradnik dla pielęgniarek szkolnych i nauczycieli wychowania fizycznego w gimnazjach / praca zbiorowa pod redakcją Anny Oblacińskiej i Izabeli Tabak. - Warszawa : Wydawnictwo Instytut Matki i Dziecka. Zakład Medycyny Szkolnej, 2006. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<https://www.gov.pl/attachment/4dc4c67c-d9b5-42e2-b7d7-fbe9da471313>
2. **Otyłość** u dzieci i młodzieży : poradnik dla rodziców dzieci w wieku od 4 do 18 lat / Alicja Karney, Anna Oblacińska, Lesław Kluba, Dorota Świątkowska. - Warszawa : Wydawnictwo Instytutu Matki i Dziecka, 2015. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<https://imid.med.pl/images/do-pobrania/fimid-poradnik-web.pdf>
3. **Profilaktyka** otyłości dzieci : priorytet zdrowia publicznego / Ewa Borek, Michał Brzeziński, Tomasz Faluta, Teresa Perendyk, Anna Sitek, Kinga Wojtaszczyk. - Warszawa, 2017. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
[https://mypacjenci.org/wp-content/uploads/2018/08/Raport\\_profilaktyka-otylosci\\_5\\_12\\_2017\\_final.pdf](https://mypacjenci.org/wp-content/uploads/2018/08/Raport_profilaktyka-otylosci_5_12_2017_final.pdf)
4. **Przeciwdziałanie** nadwadze i otyłości wśród dzieci w wieku 8 lat uczęszczających do szczecińskich szkół podstawowych : program zdrowotny na lata 2016-2018 / Gdańska : Polskie Towarzystwo Programów Zdrowotnych, 2015. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
[https://pe.szczecin.pl/files/6A91F110D2FD4315A1FFA7726BA6FD32/Program\\_polityki\\_zdrowotnej\\_PRZECIWDZIALANIE\\_NADWADZE\\_I\\_OTYLOSCI\\_W\\_SROD\\_DZIECI\\_W\\_WIEKU\\_8\\_LAT\\_UCZESZCZAJACYCH\\_DO\\_SZCZECINSKICH\\_SZKOL\\_PODSTAWOWYCH.pdf](https://pe.szczecin.pl/files/6A91F110D2FD4315A1FFA7726BA6FD32/Program_polityki_zdrowotnej_PRZECIWDZIALANIE_NADWADZE_I_OTYLOSCI_W_SROD_DZIECI_W_WIEKU_8_LAT_UCZESZCZAJACYCH_DO_SZCZECINSKICH_SZKOL_PODSTAWOWYCH.pdf)
5. **STANEK-GONERA, Aneta**  
Dzieci : profilaktyka i terapia nadwagi i otyłości dziecięcej : poradnik dla mądrych rodziców / Aneta Stanek-Gonera. - Wrocław : Wydawnictwo IMID, 2017. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<https://insulinoopornosc.com/wp-content/uploads/2018/08/DZIECI-profilaktyka-i-terapia-nadwagi-i-oty%C5%82o%C5%9Bci-dzieci%C4%99cej-PORADNIK.pdf>
6. **Wspieranie** dziecka z nadwagą i otyłością w społeczności szkolnej / praca zbiorowa pod redakcją Anny Oblacińskiej. - Warszawa : Ośrodek Rozwoju Edukacji, 2013. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
[https://bezpiecznaszkola.men.gov.pl/wp-content/uploads/2015/09/wspieranie\\_dziecka\\_z\\_nadwaga\\_otyloscia\\_21.pdf](https://bezpiecznaszkola.men.gov.pl/wp-content/uploads/2015/09/wspieranie_dziecka_z_nadwaga_otyloscia_21.pdf)

7. **Zasady** prawidłowego żywienia młodzieży / Maria Jodkowska, Katarzyna Radiukiewicz. - Warszawa : Instytut Matki i Dziecka, 2017. [Dostęp 9.11.2021].  
Tryb dostępu:  
<https://imid.med.pl/files/imid/Do%20pobrania/3.1.1.ZDROWA%20JA%20%20%C5%BBywienie.pdf>

## **Fragmenty z pracy zbiorowej**

1. **LEKSY, Karina**

Otyłość jako wyznacznik psychospołecznego funkcjonowania dzieci i młodzieży w środowisku szkolnym / Karina Leksy // W: Profilaktyka wybranych problemów zdrowotnych : (w wymiarze edukacyjnym) / pod redakcją naukową Katarzyny Borzuckiej-Sitkiewicz, Katarzyny Kowalczewskiej-Grabowskiej. - Katowice : Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, 2013. - S.79-109. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
[https://rebus.us.edu.pl/bitstream/20.500.12128/4271/1/Leksy\\_Otylosc\\_jako\\_wyznacznik\\_psychospolecznego\\_funkcjonowania\\_dzieci\\_i\\_mlodziemy.pdf](https://rebus.us.edu.pl/bitstream/20.500.12128/4271/1/Leksy_Otylosc_jako_wyznacznik_psychospolecznego_funkcjonowania_dzieci_i_mlodziemy.pdf)

2. **MODL, Małgorzata**

Aktywność fizyczna i odżywianie się w czasie pobytu w szkole a występowanie otyłości wśród młodzieży gimnazjalnej / Małgorzata Modl // W: Zagrożenia zdrowotne wśród dzieci i młodzieży. T. 3 / redakcja naukowa Mariola Seń, Grażyna Dębska. - Kraków : Krakowskie Towarzystwo Edukacyjne sp. z o.o. – Oficyna Wydawnicza AFM, 2011. - S. 49-59. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
[https://repozytorium.ka.edu.pl/bitstream/handle/11315/717/Sen\\_M\\_Debska\\_G\\_Zagrozenia\\_zdrowotne\\_wsrod\\_dzieci\\_i\\_mlodziemy\\_Tom\\_3\\_2011.pdf?sequence=1&isAllowed=y#page=49](https://repozytorium.ka.edu.pl/bitstream/handle/11315/717/Sen_M_Debska_G_Zagrozenia_zdrowotne_wsrod_dzieci_i_mlodziemy_Tom_3_2011.pdf?sequence=1&isAllowed=y#page=49)

3. **Ocena** stanu wiedzy rodziców na temat wpływu nieprawidłowych zachowań żywieniowych na rozwój otyłości prostej u dzieci : badania ankietowe / Aleksandra Such, Anna Pelc, Aneta Koronowic // W: Wybrane zagadnienia z zakresu bromatologii / pod redakcją Marka Babicz, Kingi Kropiwiiec-Domańskiej. - Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Przyrodniczego w Lublinie, 2021. - S. 7-14. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<https://up.lublin.pl/wp-content/uploads/2021/09/Wybrane-zagadnienia-z-zakresu-bromatologii.pdf#page=119>

4. **PIETRYCHA, Marta**

Otyłość u dzieci w wieku szkolnym / Marta Pietrycha // W: Świat fundamentalnych zagrożeń // pod redakcją ks. prof. dr hab. Jana Zimnego. - Stalowa Wola : Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II w Lublinie, 2018. - S. 522-535. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
[http://www.pedkat.pl/images/ksiazki/%C5%9Awiat\\_fundamentalnych\\_zagro%C5%BCe%C5%84.pdf#page=522](http://www.pedkat.pl/images/ksiazki/%C5%9Awiat_fundamentalnych_zagro%C5%BCe%C5%84.pdf#page=522)

5. **Skuteczność** edukacji zdrowotnej dotyczącej profilaktyki nadwagi i otyłości wśród uczniów szkół ponadgimnazjalnych / Maria Zięba, Wioleta Ławska, Grażyna Dębska // W: Zagrożenia zdrowotne wśród dzieci i młodzieży. T. 3 / redakcja naukowa Mariola Seń, Grażyna Dębska. - Kraków : Krakowskie Towarzystwo Edukacyjne sp. z o.o. - Oficyna Wydawnicza AFM, 2011. - S.23-35. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
[https://repozytorium.ka.edu.pl/bitstream/handle/11315/717/Sen\\_M\\_Debska\\_G\\_Zagrozenia\\_zdrowotne\\_wsrod\\_dzieci\\_i\\_mlodziemy\\_Tom\\_3\\_2011.pdf?sequence=1&isAllowed=y#page=23](https://repozytorium.ka.edu.pl/bitstream/handle/11315/717/Sen_M_Debska_G_Zagrozenia_zdrowotne_wsrod_dzieci_i_mlodziemy_Tom_3_2011.pdf?sequence=1&isAllowed=y#page=23)
6. **TUREK, Ewa**  
Problem nadwagi i otyłości wśród dzieci i młodzieży : żywienie w placówkach oświatowo-wychowawczych / Ewa Turek // W: Medyczne aspekty kosmetyki i dietetyki / redakcja Monika Maciąg, Kamil Maciąg. - Lublin : Wydawnictwo Naukowe TYGIEL sp. z o.o., 2018. - S. 115-121. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
[https://www.researchgate.net/profile/Anna-Piotrowska-10/publication/327652288\\_Polifenole\\_roslinne\\_w\\_kosmetologii/links/5c2f8357299bf12be3ac822c/Polifenole-roslinne-w-kosmetologii.pdf#page=116](https://www.researchgate.net/profile/Anna-Piotrowska-10/publication/327652288_Polifenole_roslinne_w_kosmetologii/links/5c2f8357299bf12be3ac822c/Polifenole-roslinne-w-kosmetologii.pdf#page=116)
7. **Wpływ** czynników środowiskowych na rozwój otyłości u dzieci i młodzieży / Emilia Sobolewska, Małgorzata Rumińska, Beata Pyrżak // W: Medyczne aspekty kosmetyki i dietetyki / redakcja Monika Maciąg, Kamil Maciąg. - Lublin : Wydawnictwo Naukowe TYGIEL sp. z o.o., 2018. - S. 103-114. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
[https://www.researchgate.net/profile/Anna-Piotrowska-10/publication/327652288\\_Polifenole\\_roslinne\\_w\\_kosmetologii/links/5c2f8357299bf12be3ac822c/Polifenole-roslinne-w-kosmetologii.pdf#page=104](https://www.researchgate.net/profile/Anna-Piotrowska-10/publication/327652288_Polifenole_roslinne_w_kosmetologii/links/5c2f8357299bf12be3ac822c/Polifenole-roslinne-w-kosmetologii.pdf#page=104)

### Artykuły z czasopism

1. ACT jako forma wsparcia młodzieży w budowaniu zdrowych nawyków żywieniowych / Weronika Klon, Katarzyna Waszyńska // Rocznik Pedagogiczny. - 2020, T.43, s. 211-225. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<https://pressto.amu.edu.pl/index.php/rp/article/view/28385>
2. Aktywność fizyczna i zachowania sedenteryjne gimnazjalistów z nadwagą i otyłością w Polsce w 2005 r. / Maria Jodkowska, Izabela Tabak, Anna Oblacińska // Problemy Higieny i Epidemiologii. - 2007, nr 2, s. 149-156. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<http://www.phie.pl/pdf/phe-2007/phe-2007-2-149.pdf>
3. Analiza stylu odżywiania i aktywności fizycznej u dzieci i młodzieży z nadmierną masą ciała : zalecenia dla pacjentów i opiekunów / Maria Krajewska, Anna Balcerska, Aneta Kołodziejaska, Anna Stefanowicz // Forum Medycyny Rodzinnej. - 2014, nr 2, s. 98-104. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
[https://journals.viamedica.pl/forum\\_medycyny\\_rodzinnej/article/view/38533/27009](https://journals.viamedica.pl/forum_medycyny_rodzinnej/article/view/38533/27009)

4. Co jest większym problemem u nastolatków : nadwaga czy niedożywienie? / Grażyna Kobus, Hanna Bachórzewska-Gajewska, Anna Tomaszuk-Kazberuk, Marta Michelis, Jolanta Małyszko, Jacek Małyszko // Endokrynologia, Otyłość i Zaburzenia Przemiany Materii. - 2012, nr 1, s. 24-31. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<https://journals.viamedica.pl/eoizpm/article/download/25944/20754>
5. Częstość występowania nadwagi i otyłości u dzieci i młodzieży w powiązaniu z nawykami żywieniowymi i aktywnością fizyczną / Barbara Banaś, Jan Urban // Zeszyty Naukowe. Wydawnictwo Wyższej Szkoły Agrobiznesu w Łomży. - 2013, nr 50, s. 5-18. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<https://wsa.edu.pl/download/wydawnictwo/ZN%2050.pdf#page=6>
6. Czy spożywanie wspólnych posiłków z rodziną może chronić nastolatki przed otyłością / Izabela Tabak, Maria Jodkowska, Anna Oblacińska, Krystyna Mikiel-Kostyra // Developmental Period Medicine. - 2012, nr 16, s. 313-321. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<https://docplayer.pl/7480274-Czy-spozywanie-wspolnych-posilkow-z-rodzina-moze-chronic-nastolatki-przed-otyloscia.html>
7. Czy zachowania zdrowotne polskich nastolatków mogą sprzyjać powstawaniu nadwagi i otyłości? / Anna Waśkiewicz, Zofia Słońska, Wojciech Drygas // Roczniki Państwowego Zakładu Higieny. - 2009, nr 4, s. 341-345. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<https://yadda.icm.edu.pl/yadda/element/bwmeta1.element.dl-catalog-e25e4088-b044-4403-b22f-4830d9cd3cda>
8. Epidemia otyłości dzieci w 2. dekadzie XXI w. w Polsce i w Europie : aspekt medyczny i aspekt ekonomiczny problemu / Jolanta Nackiewicz, Zbigniew Baran // Prace Naukowe WSZIP. - 2019, nr 1, s. 75-85. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<http://www.pracnaukowe.wwszip.pl/prace/PN47.pdf#page=77>
9. Mała aktywność fizyczna młodzieży w wieku pokwitania sprzyja rozwojowi otyłości / Elżbieta Chabros, Jadwiga Charzewska, Małgorzata Rogalska-Niedźwiedz, Bożena Wajszczyk, Zofia Chwojnowska, Joanna Fabiszewska // Problemy Higieny i Epidemiologii . - 2008, nr 1, s. 58-61. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<http://www.phie.pl/pdf/phe-2008/phe-2008-1-058.pdf>
10. Metody wczesnej profilaktyki otyłości wieku rozwojowego / Anna Felińczak, Ewa Kuriata, Wiesław Kamiński, Andrzej Fal // Medycyna Ogólna. - 2009, nr 15, s. 180-190. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<https://www.proquest.com/openview/0190f19ef5f606c2b7e02f802a73913c/1?pq-origsite=gscholar&cbl=5221235>
11. Nadwaga i otyłość : ogólnoświatowa epidemia / Renata Muchacka, Natalia Cebula // Prace Naukowe Wyższej Szkoły Zarządzania i Przedsiębiorczości z siedzibą w Wałbrzychu. - 2017, nr 42, s. 75-85. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<http://www.pracnaukowe.wwszip.pl/prace/prace-naukowe-42.pdf#page=77>

12. Nadwaga i otyłość u dzieci i młodzieży / Grażyna Sikorska-Wiśniewska // Żywność. Nauka. Technologia. Jakość. - 2007, nr 6, s. 71-80. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
[https://wydawnictwo.pttz.org/wp-content/uploads/pelne\\_zeszyty/full\\_2007655.pdf#page=71](https://wydawnictwo.pttz.org/wp-content/uploads/pelne_zeszyty/full_2007655.pdf#page=71)
13. Nadwaga i otyłość u dzieci i młodzieży / Marcin Mikoś, Michał Mikoś, Hanna Mikoś, Monika Obara-Moszyńska, Marek Niedziela // Nowiny Lekarskie. - 2010, nr 5, s. 397-402. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
[https://jms.ump.edu.pl/uploads/2010/5/5\\_79\\_2010.pdf#page=64](https://jms.ump.edu.pl/uploads/2010/5/5_79_2010.pdf#page=64)
14. Nadwaga i otyłość wśród uczniów gimnazjum w zależności od wybranych czynników behawioralnych : zmiany w latach 2006-2010 / Joanna Mazur, Izabela Tabak, Jakub Gajewski, Anna Dzielska // Przegląd Epidemiologiczny. - 2012, nr 66, s. 503-508. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
[https://www.researchgate.net/profile/Izabela-Tabak/publication/233899282\\_Overweight\\_and\\_obesity\\_in\\_lower-secondary\\_school\\_students\\_in\\_relation\\_to\\_selected\\_behavioural\\_factors\\_Changes\\_in\\_2006-2010/links/546d9ba50cf26e95bc3cbabe/Overweight-and-obesity-in-lower-secondary-school-students-in-relation-to-selected-behavioural-factors-Changes-in-2006-2010.pdf#page=2](https://www.researchgate.net/profile/Izabela-Tabak/publication/233899282_Overweight_and_obesity_in_lower-secondary_school_students_in_relation_to_selected_behavioural_factors_Changes_in_2006-2010/links/546d9ba50cf26e95bc3cbabe/Overweight-and-obesity-in-lower-secondary-school-students-in-relation-to-selected-behavioural-factors-Changes-in-2006-2010.pdf#page=2)
15. Ocena sprawności i aktywności fizycznej dzieci szkolnych z nadmierną i prawidłową masą ciała / Aldona Kubusiak-Słonina, Joanna Grzegorzczuk, Artur Mazur // Endokrynologia, Otyłość i Zaburzenia Przemiany Materii. - 2012, nr 1, s. 16-23. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<https://journals.viamedica.pl/eoizpm/article/viewFile/25943/20753>
16. Odżywianie i aktywność fizyczna jako elementy stylu życia młodzieży licealnej / Anna Bochenek, Anna Grabowiec // Lubelski Rocznik Pedagogiczny. - 2013, T. 32, s. 202-213. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<https://lsmll.journals.umcs.pl/lrp/article/view/1096/880>
17. Otyłość : epidemia XXI wieku / Jakub Dyba, Anna Surdacka // Dental Forum. - 2019, nr 1, s. 29-35. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
[http://www.dentalforum.ump.edu.pl/uploads/2019/1/1\\_47\\_2019.pdf#page=29](http://www.dentalforum.ump.edu.pl/uploads/2019/1/1_47_2019.pdf#page=29)
18. Otyłość a jakość życia dziecka / Zofia Malec, Justyna Modrzejewska // Nauczyciel i Szkoła. - 2007, nr 1/2, s. 150-155. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
[https://rebus.us.edu.pl/bitstream/20.500.12128/20062/1/Malec\\_Otylosc\\_a%20jakosc\\_zycia.pdf](https://rebus.us.edu.pl/bitstream/20.500.12128/20062/1/Malec_Otylosc_a%20jakosc_zycia.pdf)
19. Otyłość brzuszna u dzieci i młodzieży : doświadczenia łódzkie / Tadeusz Nawarycz, Lidia Ostrowska-Nawarycz // Endokrynologia, Otyłość i Zaburzenia Przemiany Materii. - 2007, nr 1, s. 1-9. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<https://journals.viamedica.pl/eoizpm/article/view/26064/20874>
20. Otyłość dziecięca w perspektywie psychospołecznej : rola edukacji żywieniowej / Agata Pietrzak // Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce. - 2020, nr 4, s. 57-37. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<https://czasopisma.ignatianum.edu.pl/eetp/article/view/1577/1681>

21. Otyłość i co dalej? : o psychologicznych konsekwencjach nadmiernej masy ciała / Agata Juruć, Paweł Bogdański // Forum Zaburzeń Metabolicznych. - 2010, nr 1, s. 210-219. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: [https://journals.viamedica.pl/forum\\_zaburzen\\_metabolicznych/article/view/28713/23482](https://journals.viamedica.pl/forum_zaburzen_metabolicznych/article/view/28713/23482)
22. Otyłość i wynikające z niej problemy narządu ruchu a sprawność motoryczna dziewcząt i chłopców z nadwagą i otyłością prostą / Ewa Barańska, Ewa Gajewska, Magdalena Sobieska // Nowiny Lekarskie. - 2012, nr 4, s. 337-341. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: [https://jms.ump.edu.pl/uploads/2012/4/337\\_4\\_81\\_2012.pdf](https://jms.ump.edu.pl/uploads/2012/4/337_4_81_2012.pdf)
23. Otyłość jako problem społeczny, zdrowotny i leczniczy / Longina Kłosiewicz-Latoszek // Problemy Higieny i Epidemiologii. - 2010, nr 91, s. 339-343. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: <http://www.phie.pl/pdf/phe-2010/phe-2010-3-339.pdf>
24. Otyłość u dzieci i młodzieży a zaburzenia prokrecji wieku dojrzałego : spojrzenie pediatry / Piotr Fichna, Bogda Skowrońska // Forum Zaburzeń Metabolicznych. - 2010, nr 1, s. 46-54. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: [https://journals.viamedica.pl/forum\\_zaburzen\\_metabolicznych/article/view/28736/23505](https://journals.viamedica.pl/forum_zaburzen_metabolicznych/article/view/28736/23505)
25. Otyłość u dzieci i młodzieży z upośledzeniem umysłowym / Katarzyna Matuszak, Wiesław Bryl, Danuta Pupek-Musialik // Forum Zaburzeń Metabolicznych. - 2010, nr 1, s. 55-63. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: [https://journals.viamedica.pl/forum\\_zaburzen\\_metabolicznych/article/view/28737/23506](https://journals.viamedica.pl/forum_zaburzen_metabolicznych/article/view/28737/23506)
26. Percepcja otyłego rówieśnika a przekonania zdrowotne młodzieży gimnazjalnej / Anna Witek, Teresa Lewandowska-Kidoń, Agnieszka Pawluk-Skrzypek // Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu. - 2012, nr 4, s. 276-280. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: <http://www.monz.pl/Percepcja-otylego-rowiesnika-a-przekonania-zdrowotne-mlodziezy-gimnazjalnej,73315,0,1.html>
27. Postawy rodzicielskie rodziców dzieci otyłych i z nadwagą / Hanna Liberska, Klaudia Boniecka // Journal of Health Sciences. - 2013, nr 3, s. 419-432. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: <https://repozytorium.ukw.edu.pl/bitstream/handle/item/1214/Postawy%20rodzicielskie%20rodzicow%20dzieci%20otylych%20i%20z%20nadwaga.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
28. Postępowanie żywieniowe w leczeniu otyłości u dzieci i młodzieży / Michał Skrzypek, Renata Monika Krzyszycha, Karolina Goral, Karolina Szczygieł, Katarzyna Kowal, Maciej Pokarowski, Agnieszka Momora // Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu. - 2021, nr 1, 13-22. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: <http://www.monz.pl/Postepowanie-zywieniowe-w-leczeniu-otylosci-u-dzieci-i-mlodziezy,134654,0,2.html>

29. Powikłania otyłości u dzieci i młodzieży / Aneta Gawlik, Agnieszka Zachurzok-Buczyńska, Ewa Małecka-Tendera // Endokrynologia, Otyłość i Zaburzenia Przemiany Materii. - 2009, nr 1, s. 19-27. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: <https://journals.viamedica.pl/eoizpm/article/view/26020/20830>
30. Prawidłowe żywienie dzieci w wieku wczesnoszkolnym jako niezbędny element profilaktyki chorób cywilizacyjnych / Marzena Kostecka // Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu. - 2014, nr 2, s. 208-213. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: <https://agro.icm.edu.pl/agro/element/bwmeta1.element.agro-c63d4265-f143-44df-a51e-75f477dd7ed1>
31. Preferencje żywieniowe dzieci tarnowskich szkół podstawowych w kontekście występowania otyłości / Małgorzata Kołpa, Aneta Grochowska, Wojciech Brończyk, Monika Kaniewska // Tarnowskie Colloquia Naukowe. Czasopismo Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Tarnowie. - 2016, nr 1, s. 47-59. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: [https://tcn.pwszta.edu.pl/wp-content/uploads/2017/02/05.www\\_tcnnr1.pdf#page=48](https://tcn.pwszta.edu.pl/wp-content/uploads/2017/02/05.www_tcnnr1.pdf#page=48)
32. Profilaktyka nadwagi i otyłości u dzieci i młodzieży w krajach europejskich / Aleksandra Drewa, Katarzyna Zorena // Pediatric Endocrinology Diabetes and Metabolism. - 2017, nr 3, s. 152-158. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: <https://www.termedia.pl/-Profilaktyka-nadwagi-i-otylosci-u-dzieci-i-mlodziezy-w-krajach-europejskich-,138,36627,1,0.html>
33. Przyczyny otyłości prostej u dzieci i młodzieży / Agata Maślanek, Magdalena Pieszko, Sylwia Małgorzewicz // Forum Zaburzeń Metabolicznych. - 2013, nr 1, s. 29-36. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: [https://journals.viamedica.pl/forum\\_zaburzen\\_metabolicznych/article/view/28650/23419](https://journals.viamedica.pl/forum_zaburzen_metabolicznych/article/view/28650/23419)
34. Psychospołeczne skutki otyłości u dzieci i młodzieży / Ewa Mojs, Przemysław Daroszewski // Pielęgniarstwo Polskie. - 2012, nr 3, s. 155-159. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: [https://ump.edu.pl/files/12\\_69\\_pp\\_3\\_2012\\_.pdf#page=49](https://ump.edu.pl/files/12_69_pp_3_2012_.pdf#page=49)
35. Stygmatyzacja dzieci otyłych jako przykład braku akceptacji rówieśniczej / Sandra Kryśka // Studia i Prace Pedagogiczne. - 2014, nr 1, s. 193-201. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: [https://web.archive.org/web/20180428061144id\\_/http://www.wydawnictwo.wsei.eu/index.php/sipp/article/viewFile/52/71](https://web.archive.org/web/20180428061144id_/http://www.wydawnictwo.wsei.eu/index.php/sipp/article/viewFile/52/71)
36. Trendy w występowaniu nadwagi i otyłości u dzieci na świecie, w Europie i w Polsce / Aleksandra Kędzior, Katarzyna Jakubek-Kipa, Marta Brzuszek, Artur Mazur // Endokrynologia Pediatria. - 2017, nr 1, s. 41-48. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: [https://endokrynologiapediatria.pl/contents/files/a\\_1662.pdf](https://endokrynologiapediatria.pl/contents/files/a_1662.pdf)

37. Wdrażanie zasad zdrowego żywienia w szkołach publicznych : walka z otyłością i niedożywieniem dzieci / Stanisław Dziwisz // Kontrola Państwowa. - 2017, nr 5, s. 61-71. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: <http://cejsh.icm.edu.pl/cejsh/element/bwmeta1.element.desklight-71c3dec0-55c4-46a2-9356-ed65cd8d2c8a>
38. Wpływ mediów na rozwój otyłości u dzieci / Artur Mazur, Igor Radziejewicz-Winnicki // Pediatria Polska. - 2013, nr 1, s. 1-5. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0031393912002041?token=7ADA22129BAD1E422328B3539D69647B5B9073257F2D25F38757FACB229BA202E91784ABFB8C77B1BAEF2D99F7FF722B&originRegion=eu-west-1&originCreation=20211108111120>
39. Wpływ nadwagi i otyłości na stan zdrowia jamy ustnej dzieci i młodzieży / Katarzyna Deszczyńska, Paweł Piątkiewicz, Renata Górka // Nowa Stomatologia. - 2019, nr 3, s. 108-116. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: [http://www.nstomatologia.pl/wp-content/uploads/2020/02/ns\\_2019\\_108-116\\_PL.pdf](http://www.nstomatologia.pl/wp-content/uploads/2020/02/ns_2019_108-116_PL.pdf)
40. Wpływ otyłości na jakość życia związaną ze stanem zdrowia wśród dziewcząt i chłopców / Magdalena Sola, Ewa Gajewska, Wojciech Manikowski // Nowiny Lekarskie. - 2012, nr 4, s. 321-329. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: [https://jms.ump.edu.pl/uploads/2012/4/321\\_4\\_81\\_2012.pdf](https://jms.ump.edu.pl/uploads/2012/4/321_4_81_2012.pdf)
41. Wybrane aspekty występowania nadwagi i otyłości u dzieci i młodzieży szkolnej / Renata Grzywacz // Medycyna Rodzinna. - 2014, nr 2, s. 64-69. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: [http://www.medrodzinna.pl/wp-content/uploads/2014/10/mr\\_2014\\_064-069.pdf](http://www.medrodzinna.pl/wp-content/uploads/2014/10/mr_2014_064-069.pdf)
42. Występowanie depresji u młodzieży z nadwagą i otyłością / Jadwiga Joško-Ochojska, Iwona Lizończyk // Hygeia Public Health. - 2014, nr 4, s. 690-695. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: <http://www.h-ph.pl/pdf/hyg-2014/hyg-2014-4-690.pdf>
43. Występowanie nadwagi i otyłości oraz wiedza i zachowania zdrowotne dzieci i młodzieży małych miast i wsi : wyniki badania Polskiego Projektu 400 Miast / Marta Stankiewicz, Magdalena Pieszko, Aleksandra Śliwińska, Sylwia Małgorzewicz, Łukasz Wierucki, Tomasz Zdrojewski, Bogdan Wyrzykowski, Wiesława Łysiak-Szydłowska // Endokrynologia, Otyłość i Zaburzenia Przemiany Materii. - 2010, nr 2, s. 59-66. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: <https://journals.viamedica.pl/eoizpm/article/view/25983/20793>
44. Występowanie nadwagi i otyłości wśród 12- 15-letnich dzieci / Anna Kołodziejak // Aktywność Fizyczna i Zdrowie. - 2019, nr 14, s. 45-50. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: <https://www.wskfit.pl/PDF/artykuly/19/19076-Kolodziejak.pdf>



45. Zaburzenia odżywiania wśród uczniów szkół krakowskich : część ogólnopolskich badań zaburzeń odżywiania wśród młodzieży / Elżbieta Sochacka-Tatara, Anna Stypuła // Problemy Higieny i Epidemiologii. - 2010, nr 3, s. 591-595. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<http://phie.pl/pdf/phe-2010/phe-2010-4-591.pdf>
46. Zachowania żywieniowe i metody kontroli masy ciała u młodzieży 16-18-letniej w Polsce w kontekście postrzegania swego wyglądu i masy ciała / Anna Oblacińska, Izabela Tabak, Maria Jodkowska // Problemy Higieny i Epidemiologii. - 2007, nr 2, s. 162-170. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<http://www.phie.pl/pdf/phe-2007/phe-2007-2-162.pdf>
47. Zachowania żywieniowe młodzieży zamieszkałej na wsi. Cz. 1. Charakterystyka zachowań zdrowotnych w zakresie regularnego spożywania posiłków i poziom akceptacji własnej masy ciała / Elżbieta Cipora, Ewa Smoleń, Anna Klimaszewska, Elżbieta Klimaszewska, Walery Zukow // Journal of Education, Health and Sport. - 2016, nr 6, 317-333. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<https://zenodo.org/record/438710/files/4356.pdf>
48. Zachowania żywieniowe młodzieży zamieszkałej na wsi. Cz. 2. Charakterystyka zachowań zdrowotnych w zakresie częstości spożywania posiłków i niektórych produktów spożywczych / Elżbieta Cipora, Ewa Smoleń, Halina Pieciewicz, Jarosław Sobieszcański, Walery Zukow, Anna Sobieszcańska // Journal of Education, Health and Sport. - 2016, nr 6, s. 334-348. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
[https://ppm.umlub.pl/docstore/download/UML0aace147394d4c08b4608f709f1757e9/84677\\_CC\\_BY\\_NC\\_2016.pdf?entityType=article](https://ppm.umlub.pl/docstore/download/UML0aace147394d4c08b4608f709f1757e9/84677_CC_BY_NC_2016.pdf?entityType=article)
49. Znaczenie składników odżywczych z produktów mleczarskich w profilaktyce otyłości u dzieci i młodzieży / Grażyna Cichosz, Hanna Czeczot, Marika Magdalena Bielecka // Bromatologia i Chemia Toksykologiczna. - 2018, nr 1, s. 58-66. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
[https://www.ptfarm.pl/download/?file=File%2FBromatologia%2F2018%2FBromatologia\\_1\\_2018\\_art\\_09\\_s\\_58\\_66.pdf](https://www.ptfarm.pl/download/?file=File%2FBromatologia%2F2018%2FBromatologia_1_2018_art_09_s_58_66.pdf)
50. Związek zaburzeń snu z nadwagą i otyłością wśród młodzieży / Iwona Lizończyk, Jadwiga Joško-Ochojska // Hygeia Public Health. - 2016, nr 4, s. 322-328. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<http://www.h-ph.pl/pdf/hyg-2016/hyg-2016-4-322.pdf>
51. Zwyczaje żywieniowe dzieci i młodzieży / Agnieszka Decyk-Chęćel // Problemy Higieny i Epidemiologii. - 2017, nr 2, s. 103-109. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu:  
<http://www.phie.pl/pdf/phe-2017/phe-2017-2-103.pdf>

## Strony WWW

1. **10 zasad** zdrowego stylu życia dla dzieci i młodzieży / Wiktor Szczepaniak // Serwis Zdrowie. Postaw na wiedzę. [Dostęp 8.11.2021]. Tryb dostępu: <https://zdrowie.pap.pl/rodzice/10-zasad-zdrowego-stylu-zycia-dla-dzieci-i-mlodziezy>
2. **Być nastolatkiem** i mądrze się odżywiać – czy to możliwe?. // Stowarzyszenie Krajowa Unia Producentów Soków. [Dostęp 8.11.2021]. Tryb dostępu: <http://www.kups.org.pl/byc-nastolatkiem-i-madrze-sie-odzywiac-czy-to-mozliwe-1042>
3. **Interwencje** żywieniowe u dzieci otyłych – aktualne spojrzenie / H. Dyląg, H. Weker, M. Barańska // Zakład Żywienia, Zakład Wczesnej Interwencji Psychologicznej. [Dostęp 8.11.2021]. Tryb dostępu: [https://imid.med.pl/images/do-pobrania/KonferencjaIMiD Interwencje żywieniowe u dzieci otyłych.pdf](https://imid.med.pl/images/do-pobrania/KonferencjaIMiD%20Interwencje%20zywieniowe%20u%20dzieci%20otylych.pdf)
4. **Jak pracować** z otyłym uczniem, by ćwiczenia dodawały mu skrzydeł? / Sandra Gustek // WF z klasą. Poradnik dla nauczycielek i nauczycieli. [Dostęp 8.11.2021]. Tryb dostępu: [https://www.szkolazklasa.org.pl/wp-content/uploads/2016/12/jak\\_pracowac\\_z\\_otylym\\_uczniem\\_do\\_publicacji.pdf](https://www.szkolazklasa.org.pl/wp-content/uploads/2016/12/jak_pracowac_z_otylym_uczniem_do_publicacji.pdf)
5. **Jestem** gruby, więc jestem / Joanna Radoszewska // Instytut Psychologii Zdrowia Polskiego Towarzystwa Psychologicznego. [Dostęp 8.11.2021]. Tryb dostępu: <https://psychologia.edu.pl/czytelnia/50-artykuly/707-jestem-gruby-wiec-jestem.html>
6. **Nadwaga** i otyłość wśród polskich nastolatków / Marta Prośniak // Akademia Dietetyki. [Dostęp 8.11.2021]. Tryb dostępu: <https://www.akademiadietetyki.pl/dietetyka/nadwaga-i-otylosc-wsrod-polskich-nastolatkow/>
7. **Nadwaga** u młodzieży / Beata Kłoczko, Ewelina Staniol // Wp.pl Abc Zdrowie. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: <https://zywienie.abczdrowie.pl/nadwaga-u-mlodziezy>
8. **Odżywianie** dla budowania odporności / Joanna Jaczewska-Schuetz // Narodowe Centrum Edukacji Żywieniowej. Centrum Dietetyczne Online. [Dostęp 8.11.2021]. Tryb dostępu: <https://ncez.pzh.gov.pl/abc-zywienia/zasady-zdrowego-zywienia/odzywianie-dla-budowania-odpornosci/>
9. **Otyłość** – dlaczego warto działać? / Anna Szcześniak // Instytut Mikroekologii. [Dostęp 8.11.2021]. Tryb dostępu: <https://instytut-mikroekologii.pl/otylosc-dlaczego-warto-dzialac/>
10. **Otyłość** – przyczyny, leczenie i skutki otyłości. // Medicover. [Dostęp 10.11.2021]. Tryb dostępu: <https://www.medistore.com.pl/zdrowie/otylosc>

11. **Otyłość** u dzieci – przyczyny i leczenie. Jak zapobiegać otyłości u dziecka? / Katarzyna Gmachowska // [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: [https://www.doz.pl/czytelnia/a15205-Otylosc\\_u\\_dzieci\\_przyczyny\\_i\\_leczenie.\\_Jak\\_zapobiegac\\_otylosci\\_u\\_dziecka](https://www.doz.pl/czytelnia/a15205-Otylosc_u_dzieci_przyczyny_i_leczenie._Jak_zapobiegac_otylosci_u_dziecka)
12. **Otyłość** u dzieci i młodzieży - przyczyny, skutki oraz zapobieganie / Monika Ustasz // Zdrowegeny.pl. [Dostęp 8.11.2021]. Tryb dostępu: <https://zdrowegeny.pl/poradnik/otylosc-dzieci>
13. **Otyłość** u dzieci i młodzieży. Poradnik dla rodziców dzieci w wieku od 4 do 18 lat / materiał zebrała Ewa Kwiatkowska // Powiatowa Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Będzinie. [Dostęp 8.11.2021]. Tryb dostępu: <http://ppp.bedzin.pl/otylosc-u-dzieci-i-mlodziezy-poradnik-dla-rodzicow-dzieci-w-wieku-od-4-do-18-lat/>
14. **Pandemia** otyłości wśród dzieci i młodzieży / Edyta Balejko // PlusMed. [Dostęp 8.11.2021]. Tryb dostępu: <https://plusmed.szczecin.pl/pandemia-otylosci-wsrod-dzieci-i-mlodziezy/>
15. **Zalecenia** żywieniowe dla dzieci i młodzieży z nadwagą i otyłością / Dominika Wnęk // Medycyna praktyczna dla pacjentów. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: <https://www.mp.pl/pacjent/pediatrica/zywienie/138729,zalecenia-zywieniowe-dla-dzieci-i-mlodziezy-z-nadwaga-i-otyloscia>
16. **Zasady** prawidłowego żywienia dzieci i młodzieży. // Zespół Lecznictwa Otwartego. [Dostęp 8.11.2021]. Tryb dostępu: <https://zlo-jaworzno.pl/zasady-prawidlowego-zywienia-dzieci-i-mlodziezy/>
17. **Zasady** zdrowego żywienia : wskazówki, pomysły i porady dla rodziców dzieci w klasach I-V. // Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: <https://www.kowr.gov.pl/uploads/pliki/psd/Ekipa%20Chrumasa/Poradnik%20dla%20rodzic%C3%B3w.pdf>
18. **Zdrowe** życie Twojego Dziecka. // Ośrodek Promocji Zdrowia i Sprawności Dziecka w Gdańsku. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: <http://opz.gdansk.pl/zztd.pdf>
19. **Zdrowy** styl życia młodzieży / Antoni Rogowski // Profesor.pl. Serwis edukacyjny. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: [https://www.profesor.pl/mat/na8/na8\\_a\\_rogowski\\_031205\\_2.php](https://www.profesor.pl/mat/na8/na8_a_rogowski_031205_2.php)
20. **Zdrowy** styl życia - podstawowe elementy, sen, aktywność fizyczna, używki / Aneta Kościółek // Wp.pl Abc Zdrowie. [Dostęp 9.11.2021]. Tryb dostępu: <https://zywienie.abczdrowie.pl/zdrowy-styl-zycia>
21. **Żywnie** młodzieży / Monika Łabuzek // Małopolska dba o zdrowie. [Dostęp 8.11.2021]. Tryb dostępu: <https://www.profilaktywamalopolsce.pl/program-onkologiczny-okiem-eksperta/241-zywienie-mlodziezy>

22. **Żywnie** zbiorowe dzieci w żłobkach i klubach dziecięcych oraz przedszkolach / Joanna Jaczewska-Schuetz // Współczesna dietetyka. [Dostęp 8.11.2021]. Tryb dostępu: <https://www.wspolczesnadietetyka.pl/dietetyka-dziecieca/zywnie-zbiorowe-dzieci-w-zlobkach-i-klubach-dzieciecych-oraz-przedszkolach>

Opracowanie  
Izabella Milewska-Warta



Województwo  
Kujawsko-Pomorskie

---

Biblioteka Pedagogiczna im. gen. bryg. prof. Elżbiety Zawackiej w Toruniu  
jest Instytucją Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego