

Odnos otrok in mladostnikov do prehrane

Prispeval VP

Torek, 14 September 2010 10:55 - Zadnjič posodobljeno Torek, 14 September 2010 10:58

Uravnotežena, varovalna in varna prehrana je v otroškem in mladostniškem obdobju bistveno bolj pomembna kot v odrasli dobi, saj predstavlja ne le izvor energije za delovanje telesa, temveč zagotavlja tudi energijo za rast in razvoj, obenem pa hranilne snovi iz živil ne le obnavljajo telesno zgradbo, temveč tudi omogočajo rast in razvoj odraščajočega telesa. Širše gledano ima hrana še psihološki in socialni pomen. Ko govorimo o prehranjevanju, torej ne mislimo le na hrano, ampak tudi na vse, kar je s hrano povezano.

Izsledki fokusnih skupin ([poročilo](#))