

Θέμα 2^ο

Η παχυσαρκία αποτελεί σοβαρή απειλή για την υγεία του ατόμου.

α) Να αναφέρετε πέντε (5) κινδύνους που σχετίζονται με την παχυσαρκία. *(μονάδες 15)*

β) Για να αντιμετωπιστεί σωστά και με διάρκεια η παχυσαρκία θα πρέπει να ακολουθηθεί το Τρίγωνο Απώλειας Βάρους. Ποιες είναι οι τρεις βασικές αρχές του Τριγώνου Απώλειας Βάρους; *(μονάδες 10)*

Μονάδες 25