**پیشگیری و درمان چاقی**

کتاب «پیشگیری و درمان چاقی » دکتر فرهاد رحمانی نیا، استاد دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه گیلان و دکتر زهرا حجتی از انتشارات حتمی در ۱۷۲ صفحه منتشر شد.

معضل چاقی از مهم ترین مسائل بهداشتی در اکثر کشورهای جهان محسوب می شود. درباره چاقی، کتاب ها و مقالات زیادی به نگارش درآمده است؛ اما ویژگی این کتاب در آن است که با وجود استفاده از جدیدترین دیدگاه های علمی در زمینه چاقی، به زبان ساده به رشته تحریر در آمده؛ تا به غیر از کاربرد آن برای متخصصین، در جهت مطالعه عموم نیز مفید واقع شود.

این کتاب شامل هشت فصل است. در فصل اول به اهمیت کنترل وزن اشاره شده است؛ که به دلایل تغییر در الگوی وزن مناسب در سالهای اخیر می پردازد. فصل دوم درباره فیزیولوژی و پاتولوژی چاقی بحث می کند. در فصول سوم  و چهارم نیز به ترتیب علل و پیامدهای چاقی مورد توجه قرار گرفته اند. نظر به اهمیت روش های ارزیابی و تشخیص چاقی، فصل پنجم به این مبحث اختصاص یافته است.

درفصل ششم پیشگیری و درمان چاقی و در فصل هفتم به طور اختصاصی آثار فعالیت بدنی و ورزش بر چاقی مورد بررسی قرار گرفته است. فصل هشتم این کتاب شامل برنامه ای کاربردی برای کنترل وزن و درمان چاقی می باشد.