

Streszczenie w języku polskim

W ostatnich dekadach środowisko pracy stało się jednym z kluczowych obszarów analizowanych w ramach zdrowia publicznego. Zmiany technologiczne, urbanizacyjne i organizacyjne sprawiły, że znaczna część dorosłej populacji spędza w pracy większość dnia, a decyzje żywieniowe podejmowane w tym czasie mają bezpośrednie przełożenie na zdrowie, funkcjonowanie psychospołeczne oraz produktywność pracowników. Dynamiczny i wieloaspektowy charakter środowiska pracy sprawia, że projektowanie interwencji żywieniowych w tym obszarze wymaga podejścia systemowego. Jednocześnie globalne obciążenie chorobami niezakaźnymi, w tym otyłością, cukrzycą typu 2 i chorobami układu krążenia, wskazuje na pilną potrzebę tworzenia skutecznych, realistycznych i adaptowalnych strategii wspierających zdrowe wybory w populacji.

Niniejsza dysertacja wpisuje się w ten obszar badań, podejmując próbę integracji dowodów naukowych, modeli teoretycznych oraz empirycznych analiz środowiska pracy. Punktem wyjścia jest założenie, że skuteczna interwencja żywieniowa musi być jednocześnie: oparta na dowodach i zgodna z aktualnym stanem wiedzy, osadzona w kontekście organizacyjnym i dostosowana do realnych barier pracowników, psychologicznie ugruntowana, wykorzystująca mechanizmy motywacyjne i społeczne oraz partycypacyjna, czyli współtworzona z odbiorcami, co zwiększa jej akceptowalność, wykonalność i trwałość efektów.

W oparciu o te założenia przeprowadzono wieloetapowy projekt badawczy, który najpierw umożliwił krytyczną analizę istniejącego stanu wiedzy na temat interwencji żywieniowych w miejscu pracy, następnie pozwolił na pogłębione rozpoznanie psychospołecznych i organizacyjnych uwarunkowań zachowań żywieniowych pracowników, a w dalszej kolejności doprowadził do zaprojektowania i empirycznej weryfikacji interwencji opartej na podejściu partycypacyjno-edukacyjnym. Tak ustrukturyzowana sekwencja działań pozwoliła nie tylko na identyfikację determinant niezbędnych do skutecznego projektowania interwencji, lecz również na przetestowanie w praktyce mechanizmów teoretycznych stanowiących o ich efektywności.

Niniejszą dysertację zamykają wyniki badań, które podkreślają, że interwencje żywieniowe w miejscu pracy muszą być jednocześnie naukowo ugruntowane, psychologicznie trafne i organizacyjnie realistyczne. Co kluczowe, cykl artykułów przedstawiony w dysertacji

wskazuje, że dopiero holistyczne ujęcie uwzględniające współwystępowanie różnych czynników poznawczych, motywacyjnych, społecznych i środowiskowych daje możliwość projektowania interwencji, które mogą skutkować trwałymi zmianami codziennych zachowań zdrowotnych pracowników.

W rezultacie analiza przedstawiona w niniejszej dysertacji ma na celu zarówno rozszerzenie dorobku teoretycznego w obszarze interwencji żywieniowych, ale również dostarczenie wiedzy praktycznej umożliwiającej projektowanie interdyscyplinarnych działań opartych na dowodach naukowych i dostosowanych do warunków funkcjonowania współczesnych środowisk pracy.