

Warszawa, dn. 25.07.2026 r.

dr hab. n. med. Joanna Bugajska, prof. CIOP-PIB

Centralny Instytut Ochrony Pracy-Państwowy Instytut Badawczy

ul. Czerniakowska 16, 00-701 Warszawa

RECENZJA

rozprawy doktorskiej mgr Agnieszki Nerek pt. „Determinanty aktywności fizycznej w populacji pielęgniarek: rola motywacji i przeszkód w kształtowaniu prozdrowotnych zachowań”. Promotor pracy: prof. dr hab. med. Bożena Czarkowska - Pączek. Promotor pomocniczy: dr. n. o zdr. Katarzyna Wesołowska-Górniak.

Podstawa formalna wykonania opinii:

- pismo Pana prof. dr hab. n. med. i n. o zdr. Roberta Gałązkowskiego, przewodniczącego Rady Dyscypliny Nauk o Zdrowiu WUM, z dnia 25. 05. 2026 r., znak RND/RDNoZ-5910-266/26, informujące o wybraniu mnie na recenzentkę w przewodzie doktorskim w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauki o zdrowiu Pani mgr Agnieszki Nerek.
- umowa o dzieło nr RDNoZ/D/62/26 w sprawie postępowania awansowego dr/dr hab. polegające na wykonaniu recenzji dotyczącej spełnienia przez rozprawę doktorską Pani Agnieszki Nerek wymagań określonych w art. 187 ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz.U. z 2018 r. poz. 1668 ze zm.).

Struktura i zawartość rozprawy doktorskiej

Do oceny przedstawiono rozprawę doktorską w formie cyklu 3 artykułów, w tym jednej pracy przeglądowej i dwóch oryginalnych prac prezentujących wyniki badań. Artykuły zostały opublikowane w latach 2021-2024, w recenzowanych czasopismach. W dwóch artykułach Doktorantka jest pierwszym autorem.

1. Nerek A., Wesołowska – Górniak K., Czarkowska – Pączek B. Barriers of physical activity and consequences of inactivity in the population of nurses. A narrative review *Pielęgniarstwo XXI wieku*, 2021;20(4):256-260;
2. Wesołowska – Górniak K., Nerek A., Serafin L., Czarkowska – Pączek. B. The Relationship between Sociodemographic, Professional, and Incentive Factors and SelfReported Level of Physical Activity in the Nurse Population: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2022;19(12):1-16;
3. Nerek A., Wesołowska-Górniak K., Czarkowska-Pączek B. Enhancing feedback by health coaching: the effectiveness of mixed methods approach to long-term physical activity changes in nurses. An intervention study. *BMC Nurs* 23, 196 (2024).

Autorka w referacie przedstawionym Recenzentce przedstawiła założenia i cel pracy, opis badanej grupy i zastosowanych metod, przebieg dwuetapowego badania oraz podsumowanie i wnioski. W załączonym streszczeniu (w języku polskim i angielskim) Doktorantka przedstawiła omówienie 3 publikacji stanowiących cykl opublikowanych i powiązanych tematycznie artykułów naukowych. Uzupełnieniem przedstawionego do recenzji materiału stanowi oświadczenie Komisji Bioetycznej przy Warszawskim Uniwersytecie Medycznym, oraz oświadczenia współautorów artykułów wykorzystanych jako części rozprawy doktorskiej.

Struktura i zawartość rozprawy spełnia wymagania formalne stawiane rozprawom doktorskim określone w art. 187 ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz.U. z 2018 r. poz. 1668 ze zm.).

Wartość merytoryczna rozprawy doktorskiej

W rozprawie doktorskiej podjęta została problematyka zdrowego stylu życia, w tym codziennej aktywności ruchowej wśród pielęgniarek i pielęgniarzy. Pielęgniarki i pielęgniarze stanowią największą grupę zawodową wśród osób zatrudnionych w służbie zdrowia i jak można by sądzić znają rolę zachowań prozdrowotnych, szczególnie aktywności fizycznej dla zdrowia zarówno fizycznego jak i psychicznego. Tym niemniej, jak wynika z przeglądu literatury przeprowadzonego przez Doktorantkę i przedstawionego w jednej z publikacji z cyklu grupa ta prezentuje niższy od zalecanego przez Światową Organizację Zdrowia poziom aktywności fizycznej.

W badaniach będących podstawą do przygotowania rozprawy doktorskiej podjęto się poszerzenia wiedzy na temat codziennej aktywności fizycznej pielęgniarek i pielęgniarzy oraz socjodemograficznych i zawodowych czynników warunkujących jej poziom, a także określenie roli motywacji w zwiększeniu aktywności fizycznej w tej grupie zawodowej.

W rozprawie doktorskiej sformułowano 3 cele badawcze:

1. Ocena poziomu codziennej aktywności ruchowej wśród pielęgniarek aktywnych zawodowo.
2. Identyfikacja czynników wpływających na poziom codziennej aktywności ruchowej wśród pielęgniarek aktywnych zawodowo.
3. Ocena skuteczności metody motywacji do zwiększania codziennej aktywności ruchowej.

Odpowiedzi na tak sformułowane cele uzyskano na podstawie przeprowadzonego dwuetapowego badania. Pierwszy etap badania polegał na przekrojowej analizie poziomu aktywności fizycznej wśród czynnych zawodowo pielęgniarek i pielęgniarzy, pracujących w różnych systemach zmianowych oraz identyfikacji czynników, które na tę aktywność wpływają. Drugi etap badania stanowiła interwencja, a jego celem była ocena skuteczności oraz trwałości motywacji badanych do podejmowania aktywności ruchowej wśród pielęgniarek i pielęgniarzy czynnych zawodowo.

Podjęcie przez Doktorantkę w rozprawie doktorskiej tematu czynników determinujących aktywność fizyczną na odpowiednim poziomie oraz motywacji pielęgniarek i pielęgniarzy do podejmowania aktywności fizycznej oraz przeszkód w kształtowaniu prozdrowotnych zachowań

uwzględnić za bardzo cenne. Wnioski wyciągnięte na podstawie przeprowadzonych badań mogą pomóc w uświadomieniu potrzeb w tym zakresie, oraz w konstruowaniu celowanych programów promujących zachowania prozdrowotne w grupie pielęgniarek i pielęgniarzy.

Do najważniejszych, oryginalnych elementów rozprawy zaliczam jej eksploracyjny charakter, zarówno w celu poszerzenia wiedzy na temat codziennej aktywności fizycznej pielęgniarek oraz czynników warunkujących jej poziom, jak i w celu określenia metody motywacji do zwiększania codziennej aktywności ruchowej.

Doktorantka stawia cele badawcze i konstruuje prawidłowo przebieg badań. Należy zwrócić uwagę na fakt, że badania przeprowadzono w okresie pandemii, stąd opracowany przez Doktorantkę sposób dotarcia do respondentów, gwarantujący liczbę badanych, odpowiednią dla celów analizy statystycznej i formułowania wiążących wniosków, zasługuje na szczególne uznanie.

Doktorantka analizuje szeroki wachlarz cech istotnych dla scharakteryzowania determinant aktywności fizycznej wśród pielęgniarek i pielęgniarzy. Wyniki tak przeprowadzonej analizy otwierają wiele możliwości dalszego ich wykorzystania, szczególnie w aspekcie aplikacyjnym wytyczając kierunki postępowania w celu zwiększenia aktywności fizycznej wśród pielęgniarek i pielęgniarzy, szczególnie w czasie wolnym od pracy.

Doktorantka wykazała się doskonałą wiedzą na temat poruszanych zagadnień a także udowodniła swoje umiejętności w samodzielnym prowadzeniu procesu badawczego z postawieniem celu, jego konsekwentnej realizacji, zakończonej przedstawieniem końcowych wniosków na podstawie szczegółowych badań własnych.

Przedstawioną do recenzji rozprawę doktorską oceniam pozytywnie, została ona wykonana na bardzo dobrym poziomie merytorycznym.

Wniosek końcowy

Rozprawa doktorska mgr Agnieszki Nerek stanowi samodzielne i oryginalne rozwiązanie problemu naukowego oraz spełnia warunki określone w art. 187 ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz.U. z 2018 r. poz. 1668 ze zm.) i na tej podstawie stawiam Wysokiej Radzie Dyscypliny Nauki o Zdrowiu Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, wniosek o dopuszczenie Doktorantki do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

Równocześnie pozwalam sobie wystąpić z wnioskiem do Wysokiej Rady Dyscypliny Nauki o Zdrowiu Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego o wyróżnienie przedstawionej mi do recenzji rozprawy doktorskiej. Rozprawa doktorska zasługuje na wyróżnienie ze względu na kompleksowe ujęcie problematyki i duże walory aplikacyjne uzyskanych wyników i postawionych wniosków.

Joanna Bugajska