

Warszawa, 10.02.2022 r.

prof. dr hab. n. med. Alfred Owoc

RECENZJA ROZPRAWY DOKTORSKIEJ

mgr. Adama Żarnowskiego

pt. „Wykorzystanie nowych technologii do kontroli masy ciała oraz monitorowania poziomu aktywności fizycznej wśród dorosłych mieszkańców Polski”

na stopień naukowy doktora w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu

w dyscyplinie nauki o zdrowiu

Promotor: prof. dr hab. n. med. Mariusz Gujski

WSTĘP

Choroby cywilizacyjne, będące grupą niezakaźnych chorób przewlekłych, odpowiadają za ponad 80% przedwczesnych zgonów na świecie. W rozwoju tych chorób bardzo istotną rolę odgrywają czynniki ryzyka związane ze stylem życia takie jak: dieta, poziom aktywności fizycznej, palenie tytoniu, picie alkoholu, narażenie na stres. Ze względu na to, że są to modyfikowalne czynniki ryzyka, profilaktyka jest jednym z najważniejszych wyzwań dla zdrowia publicznego.

Doktorant zajął się w swojej dysertacji zachowaniami żywieniowymi oraz aktywnością fizyczną dorosłych mieszkańców Polski, badając rozpowszechnienie wykorzystania nowych technologii do kontroli masy ciała i monitorowania poziomu aktywności fizycznej oraz identyfikując potencjalne bariery w stosowaniu nowych technologii wspierających zdrowy styl życia.

Badanie zostało przeprowadzone przy pomocy autorskiego kwestionariusza badawczego, na ogólnopolskiej, reprezentatywnej grupie 1070 dorosłych mieszkańców Polski w wieku 18-89 lat. W kwestionariuszu zawarto pytania dotyczące wykorzystania nowych technologii do kontroli masy ciała i monitorowania poziomu aktywności fizycznej, chorób dietozależnych i czynników ryzyka związanych z dietą, wiedzy żywieniowej, nawyków żywieniowych oraz stylu życia.



OCENA STRUKTURY ROZPRAWY DOKTORSKIEJ

Rozprawa doktorska mgr. Adama Żarnowskiego została przygotowana jako cykl 3 oryginalnych, spójnych tematycznie publikacji, opublikowanych w 2022 roku. Wszystkie trzy prace zostały opublikowane w renomowanych czasopismach naukowych z listy JCR o wysokich współczynnikach wpływu oraz wysokiej liczbie punktów MEiN. Jedna z prac została opublikowana w czasopiśmie Medical Science Monitor (MEiN: 140; IF:3,386), druga w czasopiśmie Nutrients (MEiN: 140; IF: 6,706), trzecia w International Journal of Environmental Research and Public Health (MEiN: 140; IF: 4,614). Sumaryczna wartość współczynnika Impact Factor dla wyżej wymienionych prac wynosi 14,706, a liczba punktów MEiN – 420. We wszystkich publikacjach składających się na cykl będący podstawą rozprawy, Doktorant jest pierwszym i korespondencyjnym autorem, mającym 85% udział w tworzeniu tych publikacji, polegający na przygotowaniu koncepcji badania, opracowaniu metodyki, udziale w zbieraniu materiału badawczego, analizie danych, interpretacji uzyskanych wyników, przygotowaniu treści publikacji oraz przeglądu literatury i korespondencji z redakcją. Świadczy to o bardzo dużym zaangażowaniu i samodzielności Autora.

Struktura rozprawy doktorskiej jest typowa dla tego typu opracowań. Praca składa się z następujących rozdziałów: 1. Wstęp, 2. Założenia i cele pracy, 3. Materiał i metody 4. Podsumowanie, 5. Wnioski, 6. Bibliografia, 7. Załączniki zawierające: cykl publikacji będący podstawą rozprawy doktorskiej, kwestionariusz badawczy, opinię Komisji Bioetycznej oraz oświadczenia współautorów.

We Wstępie Doktorant zamieszcza krótką informację na temat publikacji stanowiących rozprawę doktorską. Ponadto wprowadza czytelnika w tematykę badania, omawiając styl życia jako czynnik ryzyka chorób (w tym zachowania żywieniowe i poziom aktywności fizycznej dorosłych mieszkańców Polski), działania na rzecz promocji zdrowego stylu życia oraz opisuje nowe technologie wspierające zdrowy styl życia.

W następnym rozdziale Doktorant zamieszcza cel główny i trzy cele poboczne oraz prawidłowo sformułowane trzy hipotezy badawcze. W kolejnym rozdziale Materiał i metody omówiony został autorski kwestionariusz badawczy, sposób doboru próby oraz zastosowane metody analizy statystycznej. W następnym rozdziale Podsumowanie omówione zostały prace stanowiące cykl doktorski, w układzie: Najważniejsze wyniki i Główne wnioski.

W ostatnim rozdziale Doktorant prezentuje wnioski płynące z przeprowadzonych badań własnych.



OCENA ZAWARTOŚCI MERYTORYCZNEJ

Celem pierwszej publikacji zatytułowanej „*Use of Mobile Apps and Wearables to Monitor Diet, Weight, and Physical Activity: A Cross-Sectional Survey of Adults in Poland*” była ocena poziomu wykorzystania aplikacji mobilnych i urządzeń ubieralnych w celu monitorowania diety, masy ciała i poziomu aktywności fizycznej wśród dorosłych mieszkańców Polski oraz identyfikacja czynników związanych z chęcią korzystania z nowych technologii wspierających zdrowy styl życia.

Wykazano, że jedna czwarta dorosłych mieszkańców Polski deklarowała korzystanie z urządzeń ubieralnych, a ponad jedna dziesiąta korzystała z aplikacji mobilnych do kontroli masy ciała oraz monitorowania poziomu aktywności fizycznej.

Najważniejszym w moim odczuciu wnioskiem z tego badania jest wykazanie braku barier społeczno-ekonomicznych w dostępie do aplikacji mobilnych i urządzeń ubieralnych, co sprawia, że nowe technologie mogą być wykorzystywane do promowania zdrowego stylu życia w różnych grupach społeczno-ekonomicznych, przyczyniając się jednocześnie do zmniejszenia poziomu nierówności w zdrowiu.

W drugiej publikacji pt. „*Public Awareness of Diet-Related Diseases and Dietary Risk Factors: A 2022 Nationwide Cross-Sectional Survey among Adults in Poland*” przeanalizowano poziom wiedzy dorosłych mieszkańców Polski na temat chorób dietozależnych i czynników ryzyka związanych z dietą oraz dokonano identyfikacji czynników determinujących poziom wiedzy ankietowanych w badanym zakresie. Uzyskane wyniki wykazały niski poziom wiedzy dotyczącej chorób dietozależnych i czynników ryzyka związanych z dietą oraz istotny związek pomiędzy wiedzą a wykształceniem i występowaniem chorób przewlekłych. Doktorant postuluje we wnioskach, iż istnieje potrzeba organizowania kampanii edukacyjnych dotyczących chorób dietozależnych, zaś wykorzystanie nowych technologii, takich jak aplikacje mobilne i urządzenia ubieralne, należy wykorzystywać jako narzędzie wspierające edukację żywieniową.

W trzeciej publikacji „*Nutrition Knowledge, Dietary Habits, and Food Labels Use – A Representative Cross-Sectional Survey Among Adults in Poland*” przeanalizowano wybrane nawyki żywieniowe dorosłych mieszkańców Polski, zaś uzyskane wyniki wskazały na istotne braki w wiedzy w tym zakresie. Wykazano ponadto, że większość dorosłych w Polsce nie korzysta ze zweryfikowanych naukowo źródeł wiedzy na temat żywienia, takich jak konsultacje dietetyczne/żywieniowe z lekarzem lub dietetykiem. Doktorant wyciągnął z badania bardzo ważne wnioski, takie jak istnienie potrzeby promowania opartych na dowodach źródeł wiedzy



o żywieniu wśród mieszkańców Polski oraz potrzebę usunięcia barier organizacyjnych i finansowych w dostępie do konsultacji dietetycznych/żywnościowych.

UWAGI

Z obowiązku recenzenta zauważam, że Doktorant nie uniknął drobnych błędów, głównie literowych i edytorskich.

Brakuje również w mojej ocenie rozdziału Dyskusja, zawierającego krytyczne omówienie uzyskanych wyników oraz ich zestawienie z wynikami uzyskanymi przez innych badaczy. Oczywiście, zdaję sobie sprawę, że Dyskusja znajduje się w każdym z trzech manuskryptów wchodzących w skład cyklu, jednakże to samo dotyczy Wprowadzenia i Wniosków, które jednak mimo to znalazły się w zwartej i scalonej formie również w głównej części opracowania.

Oczywiście, te drobne uwagi nie dotyczą merytorycznej wartości pracy i nie wpływają na moją bardzo wysoką ocenę dysertacji.

PODSUMOWANIE

Stwierdzam, że przedstawiona mi do recenzji rozprawa doktorska Pana mgr Adama Żarnowskiego pt. *„Wykorzystanie nowych technologii do kontroli masy ciała oraz monitorowania poziomu aktywności fizycznej wśród dorosłych mieszkańców Polski”* stanowi oryginalne rozwiązanie problemu naukowego, a całość opracowania dowodzi, że Doktorat ma dużą wiedzę teoretyczną i umiejętność planowania i realizacji projektu badawczego.

Wnioski uzyskane w ramach badań przeprowadzonych przez Doktoranta mogą mieć implikacje praktyczne, przyczyniając się tym samym do poprawy stanu zdrowia dorosłych mieszkańców Polski.

Podsumowując, przedstawiona do oceny rozprawa doktorska mgr Adama Żarnowskiego spełnia warunki określone w art. 187 ust. 1 i 2 ustawy z dnia 20 lipca 2018 roku Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz.U. 2018 poz. 1668 z późn. zm.). W związku z powyższym wnoszę do Wysokiej Rady Dyscypliny Nauk o Zdrowiu Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego o dopuszczenie mgr Adama Żarnowskiego do dalszych etapów postępowania o nadanie stopnia doktora w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu, dyscyplinie nauki o zdrowiu.

Dodatkowo wnoszę o wyróżnienie rozprawy.

