

Prof. dr hab. Danuta Górecka
Katedra Technologii Żywności Człowieka
Wydział Nauk o Żywności i Żywieniu
Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu

Poznań, 31 marca 2017 r.

Recenzja rozprawy doktorskiej

pt. „Badanie współzależności między postawami dziewcząt i młodych kobiet wobec żywności, żywienia i zdrowia oraz spożyciem pokarmowych źródeł węglowodanów” wykonanej przez Panią mgr inż. Joannę Kowalkowską w Katedrze Żywności Człowieka na Wydziale Nauki o Żywności, Uniwersytet Mazursko-Warmiński w Olsztynie pod kierunkiem Pani prof. dr hab. Lidii Wądołowskiej, prof. zw.

Informacje ogólne – uzasadnienie podjęcia tematyki badawczej

Sposób żywienia jest jednym z najważniejszych czynników decydujących o stanie zdrowia, występowaniu odchyleń w stanie zdrowia i określonych chorób. Ustalenie przyczyn nieprawidłowego żywienia oraz analiza błędów żywieniowych jest istotnym problemem, jaki w związku z tym pojawia się w ocenie sposobu żywienia określonych populacji. Grupą osób, której zachowania żywieniowe są często związane z preferencjami pokarmowymi jest młodzież. Spośród wielu czynników warunkujących zachowania żywieniowe jest płeć. Dziewczeta większą wagę przywiązują do własnego wyglądu i chęci posiadania szczupłej sylwetki niż chłopcy. Jak wynika z wielu prowadzonych w naszym kraju badań, omówionych we wstępie recenzowanego opracowania, zachowania żywieniowe znacznego odsetka młodych osób znacznie odbiegają od zaleceń żywieniowych. Prowadzenie różnych form edukacji żywieniowej może wpłynąć na ukształtowanie się bardziej korzystnych zachowań żywieniowych młodzieży.

Postawy wobec żywności i żywienia oraz związane z nimi zachowania żywieniowe są kształtowane już od najmłodszych lat. Niewłaściwe nawyki żywieniowe kontynuowane i utrwalane w późniejszych latach życia mogą zwiększać ryzyko występowania nadmiernej masy ciała oraz wielu chorób dietozależnych.

We wstępie Pani mgr inż. Joanna Kowalkowska dobrze uzasadniła celowość podjęcia badań, zwracając uwagę na czynniki wpływające na podejmowane zachowania żywieniowe

oraz, że działania skupione wyłącznie na przekazywaniu informacji o walorach zdrowotnych żywności nie zawsze są wystarczające do zmian nieprawidłowych zachowań żywieniowych, a więc istnieje potrzeba poszukiwania efektywnego sposobu promowania korzystnych dla zdrowia tych zachowań. Znajomość postaw wobec żywności, żywienia i zdrowia oraz wiedza na temat zależności między postawami i zachowaniami żywieniowymi jest jednym z działań zapobiegających występowaniu negatywnych konsekwencji zdrowotnych.

Ocena formalna rozprawy

Przedstawiona do recenzji praca doktorska liczy 181 numerowanych stron, w tym 14 tabel, 14 rycin oraz 8 załączników. Praca obejmuje 5 rozdziałów głównych oraz wykaz skrótów, streszczenie, podsumowanie i wnioski, piśmiennictwo, wykaz tabel, rycin i załączników. Układ i podział na poszczególne rozdziały jest typowy dla opracowań o charakterze eksperymentalnym.

Zagadnienie w świetle piśmiennictwa omówione jest na 39 stronach, zakres badań, opis zastosowanej metodyki przedstawiono na 19 stronach, prezentację uzyskanych wyników na 41 stronach, a dyskusja zajmuje 30 stron. Wyniki badań zaprezentowano w 11 tabelach i na 12 rycinach. Piśmiennictwo obejmuje łącznie 232 pozycje literaturowe, z których aż około 42% stanowią pozycje z ostatnich pięciu lat, a z 2016 r. – 12%.

Ocena merytoryczna pracy

Dokonany wybór tematu uważam za bardzo trafny, bowiem pożądanie pewnych produktów oraz traktowanie żywności jako środka służącego regulowaniu emocji może skutkować nadmiernym spożyciem produktów niekorzystnych dla zdrowia lub konsumowaniem zbyt dużych porcji pożywienia, co w konsekwencji może prowadzić do nadwagi.

W przeglądzie piśmiennictwa obejmującym około 21% opracowania Doktorantka omówiła następujące zagadnienia:

- postawy wobec żywności, żywienia i zdrowia, w tym pomiar postaw, kształtowanie i zmiana postaw, związek postawy z zachowaniem;
- zachowania żywieniowe młodzieży i młodych osób dorosłych, w tym rekomendacje żywieniowe, sposób żywienia młodzieży i młodych osób dorosłych, zagrożenia zdrowotne jako konsekwencja nieprawidłowych zachowań żywieniowych.

Przedstawione we wstępie informacje w pełni uzasadniają celowość podjęcia badań nad wyjaśnieniem zależności między postawami dziewcząt i młodych kobiet wobec żywności,

żywienia i zdrowia a wzorami spożycia żywności, zwłaszcza żywności stanowiącej pokarmowe źródła węglowodanów.

Główny cel i zakres zadań badawczych zostały określone prawidłowo. Doktorantka postawiła dwie hipotezy badawcze:

1. Silniejsza postawa prozdrowotna sprzyja częstszemu spożyciu żywności korzystnej dla zdrowia, tj. zawierającej węglowodany złożone i stanowiącej źródło błonnika pokarmowego, a rzadszemu spożyciu żywności stanowiącej źródło cukrów dodanych, której spożycie powinno być ograniczane.
2. Silniejsza postawa hedonistyczna, charakteryzująca się większym znaczeniem przyjemności ze spożywania żywności, sprzyja częstszemu spożyciu żywności smacznej, ale mniej korzystnej dla zdrowia, tj. o wysokiej zawartości cukrów dodanych, a rzadszemu spożyciu żywności korzystnej dla zdrowia, tj. o wysokiej zawartości błonnika pokarmowego i niskiej zawartości cukrów dodanych.

Przyjęty zakres badań był realizowany z zastosowaniem właściwych metod opisanych w rozdziale „**Materiał i metodyka**”. Badania przeprowadzono w dwóch etapach. Pierwszy etap pracy obejmował badania ogólnopolskie (Olsztyn, Poznań, Warszawa, Gdynia) z udziałem dziewcząt i młodych kobiet w wieku 13-21 lat (1107 osób) i przeprowadzony był w ramach projektu badawczego pt. „*Zachowania żywieniowe dziewcząt i młodych kobiet jako czynnik ryzyka zaburzeń zdrowia – strategie ograniczania negatywnych konsekwencji zdrowotnych*”. W badaniach ogólnopolskich Doktorantka przeprowadziła weryfikację i analizę danych. Zebrane dane obejmowały: postawy wobec żywności, żywienia i zdrowia, dane socjodemograficzne, parametry antropometryczne oraz częstotliwość spożycia żywności (23 grupy produktów). W celu zapewnienia reprezentatywności uzyskanych danych w odniesieniu do populacji generalnej oraz próby wylosowanej, w analizach statystycznych zastosowano wagi przekrojowe opracowane dla badanej próby przez eksperta CBOS. Drugi etap Doktorantka przeprowadziła wśród dziewcząt i młodych kobiet z Olsztyna reprezentujących 3 grupy wiekowe dobrane metodą kwotową: 13-15 lat, 16-18 lat oraz 19-21 lat (łącznie 231 osób), przy użyciu kwestionariusza z pytaniami typu zamkniętego. Na podkreślenie zasługuje staranność w doborze liczebności prób wystarczającej do wykonania analiz wielowymiarowych. W pracy Pani mgr inż. Joanna Kowalkowska analizowała częstotliwość spożycia 57 grup produktów. Pozwoliło to na wyłonienie wzorów spożycia żywności odnoszących się do ogólnego sposobu żywienia dziewcząt i młodych kobiet oraz zidentyfikowanie charakterystycznych związków między spożyciem pokarmowych źródeł węglowodanów oraz innych grup żywności.

Do oceny postaw wobec żywności, żywienia i zdrowia Doktorantka zastosowała dwie skale:

- Skalę Postaw Względem Zdrowia i Smaku (HTAS), składającej się z 6 podskal zawierających łącznie 38 stwierdzeń oraz
- Skalę Troski o Zdrowie (HCS) zawierającej 10 stwierdzeń.

Na podstawie sumy punktów dla obu skal Pani mgr inż. Joanna Kowalkowska wyróżniła osoby o negatywnych, neutralnych i pozytywnych postawach względem zdrowia i żywienia.

Częstotliwość spożycia żywności Doktorantka oceniła przy użyciu walidowanego kwestionariusza częstotliwości spożycia - FFQ-6.

Na podkreślenie zasługuje fakt, że wyniki dotyczące częstotliwości spożycia poszczególnych rodzajów warzyw i owoców, o które pytano oddzielnie, skorygowano poprzez wyznaczenie indywidualnych współczynników korygujących (wag) w oparciu o dane uzyskane z pytań o częstotliwość spożycia warzyw ogółem oraz owoców ogółem. Miało to na celu wyeliminowanie błędu związanego z możliwym przeszacowaniem częstotliwości spożycia produktów z tej grupy żywności w sytuacji, gdy o poszczególne rodzaje warzyw i owoców pytano oddzielnie. Tak szeroki i kompleksowy zakres badań pozwolił na zrealizowanie ambitnego celu badań. W obu badanych próbach użyto tych samych narzędzi badawczych, co umożliwiło łączne interpretowanie uzyskanych wyników.

Uzyskane wyniki zostały poddane obróbce statystycznej przy użyciu analizy wariancji popartej testem Tukey'a oraz testem t-Studenta. Współzależność między wyłonionymi postawami wobec żywności, żywienia i zdrowia oraz wzorami spożycia żywności a zmiennymi Doktorantka oceniła za pomocą różnych analiz statystycznych: 1) podstawowe analizy statystyczne, 2) analiza głównych składowych, 3) analiza korespondencji, 4) analiza regresji logistycznej. Wzory postaw wobec żywności, żywienia i zdrowia oraz wzory spożycia żywności wyłoniła przy użyciu analizy czynnikowej, metodą głównych składowych.

Na podkreślenie zasługuje uwzględnienie w analizie regresji logistycznej takich czynników jak: wiek, status społeczno-ekonomiczny (SES) oraz wskaźnik masy ciała (BMI), które stanowiły jedne z najistotniejszych czynników mogących wpływać na współzależność między postawami wobec żywności, żywienia i zdrowia oraz wzorami spożycia żywności, bowiem ocena związku między postawą i zachowaniem jest bardziej efektywna, gdy wpływ innych czynników jest zminimalizowany.

W niniejszych badaniach nie dysponowano danymi dotyczącymi wartości energetycznej diety dziewcząt i młodych kobiet, jednak w analizie regresji logistycznej uwzględniono BMI jako wskaźnik odzwierciedlający bilans energetyczny organizmu człowieka.

Być może należałoby rozważyć również inne czynniki mogące mieć wpływ na współzależność między postawą a zachowaniem żywieniowym, np. brak czasu, nastroj.

Przedstawiona do opinii praca, zawiera bardzo obszerną część doświadczalną, odpowiednio usystematyzowaną i opisaną, co jednoznacznie podkreśla wysoką wartość pracy.

Jak sama Doktorantka wzmiankuje, ograniczeniem w niniejszych badaniach może być narzędzie, którym się posługiwano. Do badania postaw utajonych rekomendowane jest stosowanie pomiaru pośredniego, np. testu utajonych skojarzeń (IAT), co wiąże się ze znacznym nakładem pracy, czasu i wysokimi kosztami, a zastosowany pomiar bezpośredni może być obarczony błędami.

Rozdział „**Omówienie wyników**” składa się z trzech podrozdziałów. Wyniki badań zostały starannie opracowane i przejrzysto przedstawione w tabelach oraz na rycinach. Rozdział ten został przedstawiony na 41 stronach, co stanowi 23% opracowania. Pani mgr inż. Joanna Kowalkowska poprawnie analizowała stwierdzone zależności, zarówno wynikające z postępowania metodycznego, analizy statystycznej, jak również z danych literaturowych. Doktorantka wyłoniła wśród badanych po dwie postawy wobec żywności, żywienia i zdrowia, tj. hedonistyczną i prozdrowotną. Wykazała istotną współzależność między wyłoniłymi postawami wobec żywności, żywienia i zdrowia oraz wzorami spożycia żywności. Stwierdziła, że skierowane do dziewcząt i młodych kobiet działania promujące prozdrowotne wybory żywieniowe powinny odwoływać się do zarówno do komponentu poznawczego, jak i afektywnego.

Pani mgr inż. Joanna Kowalkowska bardzo szczegółowo odniosła się do uzyskanych wyników w świetle dostępnej literatury w rozdziale „**Dyskusja**”, który obejmuje 30 stron, co stanowi około 17% pracy. Jest ona przeprowadzona bardzo szczegółowo, co wskazuje na bardzo dobrą znajomość zagadnienia w świetle literatury.

W rozdziale „**Podsumowanie i wnioski**” Doktorantka opisała zależności uzyskane na podstawie wyników pracy. Moim zdaniem rozdział ten winien być zatytułowany „Podsumowanie”, a wnioski wypływające z pracy winny być ujęte w oddzielnym rozdziale i wypunktowane.

Pomimo bardzo starannie przeprowadzonej korekty pracy, Autorka dysertacji nie ustrzegła się kilku błędów. Z obowiązku recenzenta podam przykłady: str. 11 (6 wiersz, od dołu) – Wądołowska – brak roku; str. 66 – Aswell i in. – w spisie literaturowym jest: Ashwell; str. 114 – „Badaniau osób...” – winno być „Badania ...wśród...osób..”; nie ma potrzeby tak częstego cytowania literatury, jeżeli podana wcześniej literatura odnosi się również do kolejnych zdań (przykład: str. 21 „W badaniach...(…)...żywności [Niewczas 2013]. Ponadto ...(…)...żywności [Niewczas 2013]; str. 24 „Macht [2008]...(…) regulacji emocji [Macht

2008]; str. 28 „Postrzegana...(...) ...[Ajzen 1991]. W obu...(...)..zachowania [Ajzen 1991]. Niezgodność zapisu roku wydania artykułu w tekście i spisie literaturowym, np.: Orji i in. 2015 - str. 12; 22, 30 i 31, w spisie jest: **2013**; Wądołowska – poz. 211-214 winny być zamieszczone za pozycją „Wadałowska”.

Wyszczególnione drobne niedoskonałości pracy mogą być łatwo skorygowane i pomocne zarówno w przygotowaniu pracy do publikacji, jak i w przyszłych badaniach. Nie umniejszają one wartości naukowej pracy, którą oceniam bardzo pozytywnie.

Reasumując, poszczególne rozdziały lub ich części zostały prawidłowo zredagowane, a przedstawione cele badawcze w pełni zrealizowane i poparte odpowiednimi wynikami badań. W pracy wykorzystano szeroki, pod względem metodycznym, warsztat badawczy oraz logicznie uporządkowano wyniki, co świadczy o dojrzałości naukowo-badawczej Doktorantki.

Dobór piśmiennictwa i jego wykorzystanie, nie tylko w części literaturowej, ale także przy omawianiu uzyskanych wyników, świadczy zarówno o dużej umiejętności Pani mgr inż. Joanny Kowalkowskiej w korzystaniu z dostępnej literatury, jak również o jej bardzo dobrym rozeznaniu w badanej problematyce.

Na wysokie uznanie zasługuje podrozdział pt. „**Ograniczenia i mocne strony badań**”, w którym Doktorantka podkreśliła pluse i minusy przeprowadzonych badań. Świadczy to również o dużej wiedzy, świadomości pewnych ograniczeń i ostrożności we wnioskowaniu.

Jako najważniejsze pod względem oryginalności naukowej i znaczenia praktycznego, chciałabym wskazać na następujące osiągnięcia pracy:

- zidentyfikowanie dwóch głównych postaw wobec żywności, żywienia i zdrowia charakteryzujących dziewczęta i młode kobiety, tj. prozdrowotną i hedonistyczną oraz wyłonienie 8 wzorów spożycia żywności,
- wskazanie na potrzebę opracowania skutecznych działań umożliwiających poprawę zachowań żywieniowych dziewcząt i młodych kobiet, a także promujących postawę prozdrowotną,
- zaakcentowanie, że w procesie upowszechniania prozdrowotnych wyborów żywieniowych wśród dziewcząt i młodych kobiet, należy przekazywać informacje nie tylko o walorach zdrowotnych żywności, ale również podkreślać walory sensoryczne żywności korzystnej dla zdrowia.

Uzyskane wyniki dostarczają cennych informacji o znaczeniu praktycznym dla zdrowia publicznego i przemysłu spożywczego. Wskazują na silne znaczenie walorów sensorycznych żywności mniej korzystnej dla zdrowia przy dokonywaniu wyborów żywieniowych przez dziewczęta i młode kobiety prezentujące postawę hedonistyczną wobec żywności i żywienia.

Takie postawy mogą utrudniać podejmowanie korzystnych dla zdrowia wyborów żywności oraz sprzyjać negatywnym zachowaniom żywieniowym. Duże wyzwanie dla producentów żywności stanowi projektowanie produktów prozdrowotnych, które spełnią oczekiwania dziewcząt i młodych kobiet w stosunku do walorów sensorycznych i przyjemności związanej z ich konsumpcją.

Konkludując, uważam, że praca doktorska Pani mgr inż. Joanny Kowalkowskiej ma dużą wartość poznawczą i użyteczną, szczególnie w zakresie badań nad skutkami zdrowotnymi ograniczania spożycia żywności. Uzyskane wyniki w pełni realizują założone cele i odpowiadają na postawione hipotezy. Rozprawa dotyczy bardzo aktualnych problemów związanych z oceną zachowań i preferencji żywieniowych młodzieży. Praca zawiera szereg elementów poznawczych i wzbogaca wiedzę o informacje umożliwiające podjęcie prób ich wykorzystania w praktyce żywieniowej. Jest starannie opracowana, przejrzysta, napisana w bardzo czytelny sposób, a swobodnie poprowadzona przez Doktorantkę „Dyskusja”, wskazuje na nie tylko dobrą znajomość literatury przedmiotu, ale też na autentyczne zainteresowanie tematyką prowadzonych badań.

Uzyskane, dobrze udokumentowane i opracowane pod względem statystycznym wyniki poszczególnych etapów badań stanowią obiektywne potwierdzenie postawionej na wstępie hipotezy badawczej. W moim przekonaniu, został tym samym zrealizowany zasadniczy cel badań, a uzyskane wyniki poza walorami poznawczymi posiadają istotne wartości aplikacyjne.

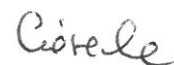
Wniosek końcowy

Przedstawiona do oceny dysertacja Pani mgr inż. Joanny Kowalkowskiej pt. „**Badanie współzależności między postawami dziewcząt i młodych kobiet wobec żywności, żywienia i zdrowia oraz spożyciem pokarmowych źródeł węglowodanów**” spełnia wymagania stawiane rozprawom doktorskim (art. 13 ustawy z dnia 14 marca 2003 r. o stopniach naukowych i tytule naukowym oraz o stopniach i tytule w zakresie sztuki - Dz.U. Nr 65, poz. 595, z późn. zm.). Wnoszę do Wysokiej Rady Wydziału Nauki o Żywności Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie o przyjęcie rozprawy doktorskiej i dopuszczenie Pani mgr inż. Joanny Kowalkowskiej do dalszego etapu przewodu doktorskiego, tj. publicznej obrony.

Ponadto, biorąc pod uwagę aktualność tematyki badań nad skutkami zdrowotnymi stosowania diet bazujących na produktach preferowanych przez dziewczęta oraz ograniczania spożycia diety, model tak bardzo rozpowszechniony wśród nastolatek, sposób

przeprowadzenia badań, szeroki wachlarz zastosowanych metod badawczych, umiejętnie i bardzo dobrze przeprowadzoną dyskusję, interpretację i właściwy opis wyników, wnosząc do Wysokiej Rady Wydziału Nauki o Żywności Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie o wyróżnienie rozprawy doktorskiej Pani mgr inż. Joanny Kowalkowskiej pt. **„Badanie współzależności między postawami dziewcząt i młodych kobiet wobec żywności, żywienia i zdrowia oraz spożyciem pokarmowych źródeł węglowodanów”**.

Tematyka ta jest bardzo aktualna, ma duże znaczenie poznawcze i przełożenie praktyczne, bowiem edukacja konsumencka dzieci i młodzieży jest istotną częścią polityki konsumenckiej państw Unii Europejskiej.



Prof. dr hab. Danuta Górecka