

dr hab. inż. Barbara Borczak, prof. URK
Katedra Żywienia Człowieka i Dietetyki
Wydział Technologii Żywności
Uniwersytet Rolniczy w Krakowie

**Recenzja rozprawy doktorskiej
mgr Beaty Bondyry-Wiśniewskiej**

pt. „Ocena wpływu zróżnicowanej dietoterapii na redukcję masy ciała i poprawę parametrów lipidowych u dzieci i młodzieży z nadwagą lub otyłością oraz dyslipidemią”,

wykonanej w Katedrze Dietetyki, Instytutu Nauk o Żywieniu Człowieka, Szkoły Głównej
Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie

Promotor rozprawy doktorskiej Pani **dr hab. Anny Harton, prof. SGGW**

Podstawa formalno-prawna:

- *Ustawa z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz. U. z 2024 r. poz. 1571 z późn. zm.),*
- *Regulamin przeprowadzania postępowań w sprawie nadania stopnia doktora w Szkole Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie, stanowiącego załącznik 2 do Uchwały nr 89 – 2022/2023 z dnia 26 czerwca 2023 roku Senatu Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie,*
- *Pismo Przewodniczącej Rady Dyscypliny Technologia Żywności i Żywienia SGGW w Warszawie, Pani Prof. dr hab. Ewy Jakubczyk, z dnia 12.12.2025 r., o powołaniu na recenzenta ww. rozprawy doktorskiej.*

O c e n a f o r m a l n a

Przedłożona do recenzji rozprawa doktorska stanowi spójny tematycznie cykl następujących, czterech zrecenzowanych artykułów naukowych:

1. Bondyra-Wiśniewska, B.; Myszkowska-Rygiak, J.; Harton, A. Impact of lifestyle intervention programs for children and adolescents with overweight or obesity on body weight and selected cardiometabolic factors - a systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. **2021**, 18(4), 2061. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph18042061>.

2. Bondyra-Wiśniewska, B.; Harton, A. Effect of the nutritional intervention program on body weight and selected cardiometabolic factors in children and adolescents with excess body weight and dyslipidemia: study protocol and baseline data. *Nutrients* **2023**, 15, 3646. DOI: <https://doi.org/10.3390/nu15163646>.

3. Bondyra-Wiśniewska, B.; Harton, A. Do children and adolescents with excess body weight and dyslipidemia consume enough vegetables and fruits before participating in the nutritional intervention program? *Rocz Panstw Zakl Hig* **2024**, 75(4), 333-339. DOI: <https://doi.org/10.32394/rpzh/197421>.

4. Bondyra-Wiśniewska, B.; Harton, A. Effect of a low-glycemic index nutritional intervention on body weight and selected cardiometabolic parameters in children and adolescents with excess body weight and dyslipidemia. *Nutrients* **2024**, 16, 2127. DOI: <https://doi.org/10.3390/nu16132127>.

Trzy wymienione powyżej prace zostały opublikowane w czasopismach zamieszczonych na liście Journal Citation Reports (JCR) o wartościach współczynników wpływu Impact Factor (IF), wynoszących odpowiednio 4,614; 5,9; oraz 4,8, łącznie 15,314. Punktacja, zgodnie z wykazem czasopism naukowych MEiN, wynosiła 140; 140; 20 i 140, co daje łącznie 440.

W pierwszej z wymienionych publikacji udział Doktorantki polegał na opracowaniu koncepcji badania, przygotowaniu metodyki badawczej, przeprowadzeniu przeglądu literatury, gromadzeniu danych, napisaniu pierwszej wersji artykułu, edycji i redagowaniu tekstu po recenzji. W kolejnych pracach udział Doktorantki został poszerzony, polegał bowiem na przeprowadzeniu badań oraz gromadzeniu danych. Na podkreślenie zasługuje fakt, iż każdorazowo Doktorantka była pierwszym autorem opublikowanych prac i w trzech z nich (publikacje nr 1,2,4) pełniła także rolę autora korespondencyjnego.

Dysertacja przedstawiona do recenzji obejmuje załączniki, czyli kopie opublikowanych prac wraz z stosownymi oświadczeniami o udziale autorów w ich przygotowaniu, wzory formularzy zgód dla rodziców/opiekunów oraz dla nastolatków powyżej 13. roku życia, broszurę informacyjną dla uczestników badania, wzór dzienniczka żywieniowego oraz wypełnionego dzienniczka żywieniowego, przykładowy formularz dzienniczka żywieniowego do wypełnienia, kwestionariusz osobowy, przykładowy plan żywieniowy, wzór formularza dzienniczka żywieniowego do wypełnienia podczas interwencji żywieniowej oraz tekst w wymiarze 88 stron, stanowiący przejrzysty i spójny opis załączonych publikacji. Zawiera on streszczenie w języku polskim i angielskim, wykaz skrótów, wymieniony powyżej wykaz publikacji, uzasadnienie wyboru tematu badawczego, cele, hipotezy badawcze i zakres pracy, materiał i metodykę badania, metody badawcze, w tym omówienie wyników, dyskusję, spostrzeżenia i wnioski końcowe oraz spis piśmiennictwa (95 pozycje).

Badanie zostało wykonane za zgodą Komisji Etyki Badań Naukowych z Udziałem Ludzi działającej przy Wydziale Nauk o Żywieniu Człowieka i Konsumpcji Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie (zgoda numer 10p/2017 z dnia 17 maja 2017 roku).

O c e n a m e r y t o r y c z n a

Przedłożona rozprawa doktorska podejmuje niezwykle istotny i aktualny problem narastającej częstości występowania nadwagi i otyłości w populacji pediatrycznej, który stanowi jedno z największych wyzwań współczesnego zdrowia publicznego zarówno w skali globalnej, jak i krajowej. Autorka nakreśla temat pracy w kilku aspektach: epidemiologicznym, klinicznym i społecznym, wskazując na rosnący odsetek dzieci i młodzieży o nadmiernej masie ciała i towarzyszące im poważne konsekwencje zdrowotne. Szczególną wartością pracy jest skoncentrowanie się na wczesnych interwencjach żywieniowych oraz poszukiwaniu optymalnych strategii dietoterapeutycznych, w tym ocenie potencjału diety o niskim indeksie glikemicznym w leczeniu nadwagi, otyłości i towarzyszącej im dyslipidemii u pacjentów pediatrycznych.

W **publikacji nr 1**, Doktorantka wraz ze współautorami dokonała przeglądu systematycznego dostępnych badań, co umożliwiło prawidłowe zaplanowanie interwencji będącej podstawą niniejszej dysertacji. Analiza osiemnastu badań obejmujących dzieci i młodzież z nadwagą lub otyłością oraz dyslipidemią (opracowanych na podstawie literatury z lat 2019–2020 z baz PubMed i Google Scholar), umożliwiła wyodrębnienie ważnych komponentów determinujących zmiany stylu życia, które prowadzą do redukcji masy ciała oraz

poprawy wybranych parametrów kardiometabolicznych, takich jak: stężenie we krwi cholesterolu całkowitego, cholesterolu frakcji LDL, triacylogliceroli i ciśnienie tętnicze.

Głównym celem rozprawy doktorskiej była ocena wpływu zróżnicowanej dietoterapii na redukcję masy ciała oraz poprawę parametrów lipidowych u dzieci i młodzieży z nadmierną masą ciała i współistniejącą dyslipidemią. Autorka sformułowała trzy jasno określone i logicznie uporządkowane cele szczegółowe, obejmujące porównanie skuteczności dwóch strategii żywieniowych: diety o niskim indeksie glikemicznym (LGI) oraz diety standardowej (ST), opartych na zaleceniach Cardiovascular Health Integrated Lifestyle Diet CHILd-2, w odniesieniu do zmian parametrów antropometrycznych i kardiometabolicznych. Istotnym elementem pracy była również ocena jakości i wartości odżywczej diet oraz analiza czynników socjodemograficznych i związanych ze stylem życia, które mogły wpływać zarówno na skuteczność interwencji, jak i jej ukończenie przez uczestników badania. Uzupełnieniem celów poznawczych był cel aplikacyjny, polegający na opracowaniu praktycznych, ujednoliconych zaleceń żywieniowych dla dzieci i młodzieży z nadmierną masą ciała i zaburzeniami profilu lipidowego.

Doktorantka postawiła siedem hipotez badawczych, które są spójne z celami pracy i aktualnym stanem wiedzy naukowej. Dotyczą one porównania skuteczności obu diet w zakresie redukcji masy ciała i parametrów antropometrycznych, oraz zmniejszenia spożycia nasyconych kwasów tłuszczowych i cholesterolu; potencjalnej przewagi diety LGI w obniżaniu stężenia tricylogliceroli i poprawy ogólnej jakości diet po zastosowanej interwencji oraz większego spożycia błonnika pokarmowego i obniżenia spożycia cukrów. Ponadto Autorka założyła, że zmiana jakości diety przyczyni się do zmiany masy ciała. Uwzględniła także hipotezy odnoszące się do czynników determinujących utrzymanie interwencji żywieniowej (tj. wieku, początkowej masy ciała i rodzaju stosowanej dietoterapii), co dodatkowo podkreśla praktyczny i kompleksowy charakter badań. Tak sformułowane cele i hipotezy świadczą o dojrzałości metodologicznej Autorki oraz o świadomym ukierunkowaniu pracy na realne potrzeby kliniczne i zdrowia publicznego.

Wymienione hipotezy weryfikowano poprzez odpowiednio dobrane metody badawcze, dobrze zaplanowane i konsekwentnie realizowane badania, obejmujące wymienione w dysertacji etapy oraz wyczerpującą interpretację wyników.

O szerokim zasięgu przeprowadzonych badań, skutkujących uzyskaniem bardzo licznych wyników, świadczą zastosowane, wyszczególnione poniżej metody.

W rozdziale „Materiał i metodyka badania”, Autorka przedstawiła schemat badania oraz jego protokół, które zostały opublikowane w **publikacji nr 2**, natomiast pozostałe elementy metodyki opisano w kolejnych publikacjach (**publikacje nr 3 i 4**) oraz w tekście rozprawy w odniesieniu do danych nieopublikowanych. Badaną grupę stanowiły dzieci i młodzież w wieku 8–16 lat z nadwagą lub otyłością oraz współistniejącą dyslipidemią. W zaplanowanej interwencji uczestniczyli również rodzice lub opiekunowie prawni dzieci i młodzieży. Eksperyment zrealizowano zgodnie z zasadami etyki badań z udziałem ludzi, a uczestnikom zapewniono możliwość rezygnacji z udziału na każdym etapie. Na szczególne podkreślenie zasługuje prawidłowo przeprowadzony dobór wielkości próby, oparty na danych epidemiologicznych dotyczących rozpowszechnienia nadwagi, otyłości i zaburzeń lipidowych w populacji pediatrycznej w Polsce. Przyjęte założenia statystyczne (poziom istotności, poziom ufności i maksymalny błąd oszacowania) były adekwatne, a oszacowana minimalna liczebność próby została osiągnięta na etapie rozpoczęcia interwencji. Autorka przedstawiła również problem rezygnacji uczestników oraz wskaźnik retencji, a także zaplanowała szczegółową

analizę czynników wpływających na ukończenie interwencji. Badanie miało charakter prospektywnego, randomizowanego badania interwencyjnego z jednostronnym zaślepieniem, co należy uznać za istotny atut metodologiczny. Rekrutacja uczestników odbywała się w specjalistycznej poradni, a kwalifikacji do udziału dokonywał lekarz pediatra na podstawie wywiadu oraz wyników badań laboratoryjnych profilu lipidowego. Kryteria włączania i wyłączenia zostały jasno określone i odpowiednio uzasadnione. Interwencja żywieniowa polegała na zastosowaniu dwóch porównywanych strategii dietetycznych: diety o niskim indeksie glikemicznym (LGI) oraz diety standardowej (ST), obu opartych na zaleceniach CHILD-2. Autorka bardzo szczegółowo opisała założenia obu diet, sposób wyznaczania wartości energetycznej, rozkład makroskładników, kryteria dotyczące indeksu i ładunku glikemicznego oraz praktyczne aspekty stosowania diet w postaci indywidualnych planów żywieniowych. Taki poziom szczegółowości zwiększa powtarzalność badania i jego wartość aplikacyjną. Dodatkowym atutem była stała edukacja żywieniowa dzieci i ich opiekunów oraz możliwość bieżącego kontaktu z dietetykiem. Zakres pomiarów obejmował: parametry antropometryczne, analizę składu ciała, parametry kardiometaboliczne, ocenę sposobu żywienia oraz jakości i wartości odżywczej diet. Wszystkie pomiary wykonano zgodnie z aktualnymi rekomendacjami i z użyciem standaryzowanych narzędzi oraz wskaźników (m.in. BMI, WHtR, WHR, KIDMED 2.0 PL). Szczególnie trafnym wyborem była ocena jakości diety z wykorzystaniem zwalidowanego wskaźnika KIDMED 2.0 w polskiej adaptacji, co pozwoliło na obiektywną ocenę zmian jakości żywienia w trakcie interwencji. Analiza statystyczna została zaplanowana i przeprowadzona w sposób prawidłowy. Dobór testów nieparametrycznych był uzasadniony charakterem rozkładów analizowanych zmiennych, a szczegółowy opis zastosowanych metod statystycznych świadczy o dużej świadomości metodologicznej Autorki. Na uwagę zasługuje również uwzględnienie analizy relacji pomiędzy zmiennymi jakościowymi oraz kategoryzacja danych, umożliwiająca ocenę czynników determinujących skuteczność i utrzymanie interwencji.

Wykonane w szerokim zakresie badania i dokonane obserwacje pozwoliły na zweryfikowanie wszystkich wymienionych w dysertacji hipotez badawczych i na ich podstawie sformułowanie bardzo istotnych stwierdzeń i wniosków.

W podrozdziale 4.1.1. „Ogólna charakterystyka badanej grupy (dane wstępne)”, Autorka w sposób przejrzysty zaprezentowała dane początkowe uczestników badania po alokacji do grupy interwencyjnej (LGI) i kontrolnej (ST), a więc jeszcze przed rozpoczęciem właściwej interwencji żywieniowej, co stanowi istotny punkt odniesienia do dalszej analizy skuteczności zastosowanych strategii dietetycznych. Wyniki opisywanych badań przedstawiono w **publikacji nr 2**. Do badania zrekrutowano łącznie 64 uczestników w wieku 8–16 lat, z wyraźną przewagą chłopców, co zostało jednoznacznie wykazane w analizie struktury płci. Autorka trafnie scharakteryzowała badanych również pod kątem elementów stylu życia, wskazując na długi czas spędzany przed ekranem i niski poziom aktywności fizycznej w odniesieniu do rekomendacji Światowej Organizacji Zdrowia w tym aspekcie. Analiza parametrów antropometrycznych ujawniła istotne różnice pomiędzy grupami LGI i ST w zakresie wybranych wskaźników składu ciała, takich jak WHR, procentowa zawartość tkanki tłuszczowej, wody oraz mięśni szkieletowych. W odniesieniu do parametrów kardiometabolicznych nie stwierdzono istotnych różnic pomiędzy grupami, co należy uznać za korzystne z punktu widzenia oceny wpływu zastosowanej dietoterapii. Jednocześnie zaprezentowany rozkład cech wszystkich uczestników potwierdził wysoką częstość występowania nieprawidłowości lipidowych w całej badanej populacji. Szczególnie niepokojącym i jednocześnie istotnym klinicznie wynikiem jest fakt, że u żadnego z uczestników nie stwierdzono właściwego stężenia we krwi triacylogliceroli, co jednoznacznie

wskazuje na duże ryzyko kardiometaboliczne badanej grupy i uzasadnia konieczność wdrażania intensywnych interwencji żywieniowych.

W podrozdziale 4.1.2. „Ocena spożycia warzyw i owoców (dane wstępne)”, Autorka dokonała analizy jednego z kluczowych elementów jakości diety, jakim jest spożycie warzyw i owoców, w badanej populacji dzieci i młodzieży z nadwagą lub otyłością oraz dyslipidemią przed rozpoczęciem interwencji żywieniowej, a uzyskane rezultaty zostały przedstawione w **publikacji nr 3**. Wybór tego aspektu żywienia, jako przedmiotu odrębnej analizy, należy uznać za w pełni uzasadniony zarówno z punktu widzenia profilaktyki chorób dietozależnych, jak i wskazanych celów niniejszej rozprawy. Uzyskane wyniki wskazują, że spożycie warzyw i owoców w badanej grupie pokrywało w większości minimalne rekomendacje WHO, jednak szczegółowa analiza ujawniła pewne nieprawidłowości struktury spożycia. Autorka zwróciła bowiem uwagę na stosunkowo mały udział warzyw w diecie oraz niewystarczającą częstość ich spożywania. Doktorantka dokonała również analizy różnic w spożyciu warzyw i owoców w zależności od stopnia nadmiernej masy ciała oraz w sposób przejrzysty przedstawiła analizę form spożycia w/w grupy produktów. Odniesienie wyników do aktualnych rekomendacji WHO oraz krytyczne omówienie braku jednoznacznych zaleceń towarzystw naukowych w różnych krajach, dotyczących właściwej proporcji warzyw i owoców w diecie, świadczą o dojrzałym i wnikliwym podejściu Autorki do interpretacji uzyskanych danych, a podkreślenie istnienia potrzeby ukierunkowanej edukacji żywieniowej, ze szczególnym naciskiem na zwiększenie udziału warzyw w codziennej diecie dzieci i młodzieży, dowodzi praktycznego zastosowania prowadzonych badań.

W podrozdziale 4.2. „Ocena wpływu zastosowanej interwencji żywieniowej na redukcję masy ciała i inne parametry antropometryczne oraz parametry kardiometaboliczne”, Pani Bondyra-Wisniowska przeanalizowała efekty 8-tygodniowej diety u dzieci i młodzieży z nadwagą lub otyłością oraz dyslipidemią. Doktorantka skoncentrowała się zarówno na zmianach w zakresie masy ciała i wskaźników antropometrycznych, jak i na wybranych parametrach kardiometabolicznych, co umożliwiło pełną ocenę skuteczności zastosowanych interwencji, a wyniki przeprowadzonych badań przedstawiono w **publikacji nr 4**. Wyniki wykazały, że obie diety, z niskim indeksem glikemicznym (LGI) oraz standardowa (ST), wywołały podobny korzystny wpływ na redukcję masy ciała, zawartość tkanki tłuszczowej oraz poprawę parametrów kardiometabolicznych (obniżenie ciśnienia tętniczego, skurczowego i rozkurczowego, percentyli ciśnienia względem wieku oraz stężenia we krwi cholesterolu całkowitego i triacylogliceroli). Interwencja żywieniowa doprowadziła do zmniejszenia odsetka dzieci z otyłością i zwiększenia odsetka z prawidłową masą ciała, a w grupie LGI dodatkowo zwiększył się odsetek dzieci i młodzieży z właściwym stężeniem triacylogliceroli. Porównanie skutków stosowania dwóch różnych sposobów żywienia, wykazało, że dieta ST była bardziej efektywna w obniżeniu wartości percentyla masy ciała i BMI względem wieku, a także stężenia triacylogliceroli, natomiast dieta LGI w obniżaniu rozkurczowego ciśnienia krwi i stężenia HDL.

W podrozdziale 4.3 „Ocena jakości i wartości odżywczej diety i ich zmiana na skutek zastosowanej interwencji żywieniowej”, Doktorantka dokonała oceny jakości oraz wartości odżywczej diety dzieci i młodzieży o niskim indeksie glikemicznym (LGI) oraz standardowej (ST), a w szczególności zmian ocenianych parametrów w skutek zastosowanej 8-tygodniowej interwencji żywieniowej. Zakres analizy obejmował zarówno ocenę jakościową sposobu żywienia, jak i szczegółową analizę podaży składników odżywczych, przed i po interwencji. Ocena jakości diety została przeprowadzona z wykorzystaniem zwalidowanych narzędzi, tj. kwestionariusza KIDMED 2.0 PL, dzienniczków żywieniowych oraz kwestionariusza częstotliwości spożycia (FFQ-6), co należy uznać za istotny atut metodologiczny. Uzyskane wyniki wskazują na wyraźną poprawę jakości diety w obu badanych grupach, ze szczególnym nasileniem korzystnych zmian w grupie LGI. W tej grupie w dziesięciu z dwunastu stwierdzeń

dotyczących pozytywnych zachowań żywieniowych odnotowano istotny wzrost częstości odpowiedzi twierdzących, podczas gdy w grupie ST jedynie w odniesieniu do pięciu stwierdzeń. W obu grupach zwiększyła się częstość spożycia owoców, warzyw, produktów pochodzenia roślinnego, nieprzetworzonych produktów mlecznych oraz naturalnych produktów lub minimalnie przetworzonych spożywanych na śniadanie, przy jednoczesnym ograniczeniu spożycia produktów słodkich i wysoko przetworzonych. W grupie LGI wzrosło spożycie roślin strączkowych, chudego mięsa, ryb, jaj, pełnoziarnistych produktów oraz naturalnych lub prażonych niesolonych orzechów. Analiza jakości diety wykazała, że wszyscy uczestnicy zakwalifikowani początkowo do kategorii niskiej jakości diety poprawili swój sposób żywienia po zakończeniu interwencji. Średnia wartość wskaźnika KIDMED 2.0 PL wzrosła ponad czterokrotnie w grupie LGI oraz 2,5-krotnie w grupie ST, przy czym różnice pomiędzy grupami nie osiągnęły istotności statystycznej. W zakresie wartości odżywczej diety wykazano istotne, korzystne zmiany w obu grupach.

W kolejnym podrozdziale (p. 4.4) „Identyfikacja czynników socjodemograficznych i związanych ze stylem życia wpływających na rezygnację lub ukończenie interwencji żywieniowej oraz jej skuteczność”, Doktorantka w sposób szczegółowy przeanalizowała determinanty warunkujące kontynuację lub przerwanie 8-tygodniowej interwencji, uwzględniając zarówno cechy indywidualne uczestników, jak i uwarunkowania rodzinne. Zakres przeprowadzonych przez Doktorantkę spostrzeżeń obejmował czynniki dotyczące dziecka, takie jak wiek, płeć, poziom aktywności fizycznej oraz czas spędzany przed ekranem, a także zmienne odnoszące się do rodziców lub opiekunów, w tym poziom wykształcenia, sytuację finansową oraz miejsce zamieszkania. Doktorantka wykorzystała dane pochodzące z początkowej liczby zrekrutowanych 64 uczestników, poddanych alokacji do dwóch grup (LGI oraz ST), co umożliwiło całościową ocenę czynników wpływających na przebieg interwencji. Uzyskane przez Doktorantkę wyniki wskazują, że ukończenie interwencji było częściej obserwowane u uczestników młodszych, z początkową nadwagą, charakteryzujących się krótszym czasem aktywności fizycznej oraz dłuższym czasem spędzanym przed ekranem. Zakończeniu interwencji sprzyjała również sytuacja finansowa, określana jako „raczej dobra” oraz stosowanie diety ST. Doktorantka zaprezentowała wyniki w sposób czytelny i przejrzysty, w tym z wykorzystaniem macierzy Burta, co umożliwiło graficzną wizualizację zależności pomiędzy czynnikami socjodemograficznymi, elementami stylu życia a ukończeniem lub przerwaniem interwencji żywieniowej.

W dalszej części Doktorantka przedstawiła analizę czynników wpływających na skuteczność interwencji w grupie 40 uczestników, którzy ukończyli program. Skuteczność oceniano na podstawie zmiany masy ciała, przy uwzględnieniu determinant socjodemograficznych oraz związanych ze stylem życia zarówno dzieci, jak i ich rodziców lub opiekunów. Analiza wykazała, że skuteczna redukcja masy ciała była związana przede wszystkim z istotną poprawą jakości diety, wiekiem uczestników do 12. roku życia, początkową nadwagą oraz zamieszkaniami w małym mieście. Doktorantka słusznie podkreśla, że kluczowym czynnikiem warunkującym skuteczność interwencji żywieniowej była rzeczywista poprawa jakości diety uczestników a wyższy odsetek osób rezygnujących w grupie stosującej dietę LGI może sugerować, iż dieta standardowa mogła być łatwiejsza do wdrożenia i utrzymania w codziennej praktyce. Doktorantka podkreśliła znaczenie ukierunkowanych działań edukacyjnych, skoncentrowanych na poprawie jakości diety poprzez właściwy dobór produktów spożywczych, prawidłową kompozycję posiłków oraz systematyczne wsparcie dzieci i młodzieży w utrzymaniu zaleceń dietetycznych, szczególnie w grupach obarczonych większym ryzykiem niepowodzenia interwencji.

W podrozdziale 4.5 „Opracowanie ujednoliconych, praktycznych zaleceń żywieniowych dla dzieci i młodzieży z nadmierną masą ciała i zaburzeniami profilu lipidowego”, Pani Bondyra-Wiśniowska przedstawiła dziesięć ujednoliconych, praktycznych

zaleceń żywieniowych. Autorka podkreśliła znaczenie poprawy ogólnej jakości diety, regularnego spożywania warzyw i owoców, włączenia produktów pełnoziarnistych oraz pełnowartościowego białka. Badaczka zwróciła także uwagę na rolę naturalnych produktów mlecznych i tłuszczów roślinnych, jednocześnie zalecając ograniczanie spożycia tłuszczów utwardzonych, produktów smażonych, słodczy i słodzonych napojów. Zaakcentowała także konieczność regularnych, wspólnych posiłków rodzinnych w spokojnej atmosferze, aby wspierać prawidłowe nawyki żywieniowe.

W części „Dyskusja” rozprawy doktorskiej, Doktorantka w sposób wyczerpujący omówiła problem nadmiernej masy ciała i zaburzeń lipidowych u dzieci i młodzieży, przedstawiając je jako istotne wyzwanie zdrowia publicznego XXI wieku. Doktorantka wykazała się umiejętnością łączenia wyników własnych badań z aktualną literaturą, w tym z metaanalizami i badaniami porównawczymi, co pozwoliło na prawidłowe osadzenie własnych obserwacji w kontekście naukowym. Podkreśliła m.in., że skuteczność interwencji wynikała przede wszystkim z poprawy ogólnej jakości diety, a nie z samego indeksu glikemicznego. Doktorantka dokładnie omówiła znaczenie jakości diety mierzonej wskaźnikiem KIDMED 2.0 PL, regularności spożywania posiłków, różnorodności diety oraz zaangażowania rodziny i wsparcia specjalistów, co wskazuje na głębokie zrozumienie i opanowanie praktycznych aspektów wdrażania zmian żywieniowych u dzieci i młodzieży. Co szczególnie istotne, Doktorantka krytycznie oceniła mocne i słabe strony swojego badania, uwzględniając zarówno ograniczenia metodologiczne, tj. krótki czas interwencji, ograniczenia związane z metodą pomiaru składu ciała przy użyciu metody bioimpedancji elektrycznej (vs. metodą densytometryczną), jak również wiek uczestników oraz czynniki wpływające na skuteczność i kontynuację interwencji. Jednocześnie podkreśliła mocne strony badania, takie jak zindywidualizowane podejście do pacjenta, kompleksowa opieka dietetyka i pediatry oraz uwzględnienie jakości diety i jej wartości odżywczej. Warte podkreślenia jest również to, iż Doktorantka zasugerowała kierunki dalszych badań, w tym potrzebę długoterminowej obserwacji wpływu zmian żywieniowych na parametry antropometryczne i kardiometaboliczne przez minimum sześć miesięcy oraz uwzględnienie szerszego kontekstu czynników stylu życia uczestników, w tym długości i jakości snu oraz poziomu stresu.

W tekście pracy stwierdzono jedynie niewielkie uchybienia dotyczące nomenklatury, np. "trójglicerydy" zamiast "triacyloglicerole"; "podjadanie" zamiast "pojadanie".

P o d s u m o w a n i e

W niniejszej rozprawie doktorskiej przeprowadzono kompleksowe badania z wykorzystaniem starannie dobranych metod badawczych. Na ich podstawie Doktorantka dokonała wnikliwej analizy wpływu dietoterapii na zmiany wartości parametrów antropometrycznych oraz profilu lipidowego dzieci i młodzieży z nadmierną masą ciała i zaburzeniami lipidowymi. W toku badań potwierdziła niektóre z założonych hipotez badawczych, w tym: podobną skuteczność diet LGI i ST w redukcji masy ciała, obwodów talii i bioder, a także masy i zawartości tkanki tłuszczowej; związek zmiany jakości diety z redukcją masy ciała; jednakową skuteczność obu diet w zmniejszaniu spożycia nasyconych kwasów tłuszczowych i cholesterolu w badanych grupach; a także zależność utrzymania i ukończenia interwencji żywieniowej od czynników takich jak młodszy wiek badanych, nadwaga jako wyjściowa masa ciała oraz stosowanie diety ST. Jednocześnie Doktorantka odrzuciła pozostałe hipotezy, w tym dotyczące większej skuteczności diety LGI w zmianie stężenia triacylogliceroli we krwi, podobnej skuteczności obu diet w odniesieniu do wartości ciśnienia tętniczego i

pozostałych parametrów lipidowych, a także bardziej korzystnego udziału błonnika i mniejszego spożycia cukrów w diecie LGI w porównaniu z dietą ST.

Wnikliwa analiza i trafna interpretacja uzyskanych wyników umożliwiły weryfikację postawionych hipotez oraz sformułowanie istotnych wniosków, które wzbogacają istniejący zasób wiedzy prezentowanej w literaturze międzynarodowej, w tym uzasadniają konieczność indywidualizacji dietoterapii w zależności od potrzeb i stanu zdrowia pacjenta, znaczenie czynników socjodemograficznych i stylu życia dla utrzymania interwencji oraz roli profesjonalnego, ustrukturyzowanego poradnictwa w skutecznej zmianie wzorców żywieniowych i poprawie jakości diety, co może determinować zmianę masy ciała oraz parametry kardiometaaboliczne. Wnioski te podkreślają istotny wkład Doktorantki w rozwój wiedzy z zakresu dietoterapii dzieci i młodzieży z problemami metabolicznymi oraz możliwości praktycznego zastosowania wyników badań. Tym samym, rozprawa autorstwa mgr Beaty Bondyry-Wiśniewskiej wnosi istotny wkład do rozwoju dyscypliny technologia żywności i żywienia. Poruszony problem badawczy ma duże znaczenie nie tylko w aspekcie teoretycznym, ale również praktycznym i aplikacyjnym, co dodatkowo podkreśla wartość tej pracy naukowej.

Wniosek końcowy

Przedstawiona do oceny rozprawa doktorska mgr Beaty Bondyry-Wiśniewskiej pt. „Ocena wpływu zróżnicowanej dietoterapii na redukcję masy ciała i poprawę parametrów lipidowych u dzieci i młodzieży z nadwagą lub otyłością oraz dyslipidemią”, zrealizowana pod kierunkiem Pani dr hab. Anny Harton, prof. SGGW, w pełni odpowiada wymogom stawianym rozprawom doktorskim, w myśl Ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz. U. z 2024 r. poz. 1571 z późn. zm.).

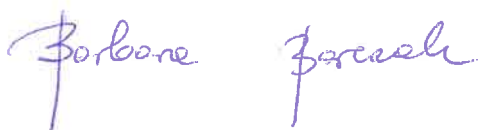
Doktorantka wykazała się bardzo dobrą znajomością tematu, popartą przedstawionym przeglądem literatury, opanowaniem szerokiego warsztatu badawczego oraz umiejętnością opisywania i interpretacji wyników.

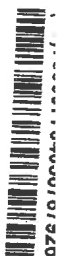
W związku z powyższym zwracam się do Rady Dyscypliny Technologia Żywności i Żywienia, Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie o dopuszczenie Pani mgr Beaty Bondyry-Wiśniewskiej do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

Kraków, 06.02.2026 r.

Recenzent

dr hab. inż. Barbara Borczak, prof. URK





Poczta Polska
Opłata pobrana 15 zł — gr

2025



INSTYTUT NAUK O ŻYWIENIU OCHOWIENIA
SEKRETARIAT

SZKOLA GŁÓWNA GOSPODARSTWA WIEJSKIEGO
w WARSZAWIE
ul. NOWOWIEJSKONOWSKA 153C
02-776 WARSZAWA

POTWIERDZENIE
ODBIORU

PRIORYTET
PRIORITAIRE

KANCELARIA GŁÓWNA SGGW
2026-02-11
WPLYNĘŁO DNIA -4-



RPU/3107/2026 N
Data: 2026-02-11