

**Ocena dorobku naukowego, dydaktycznego i organizacyjnego oraz zbioru publikacji doktor
inż. Beaty I. Sińskiej**

Dr inż. Beata Sińska ubiega się o stopień doktora habilitowanego w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu, dyscyplina nauki o zdrowiu. Poniżej przedstawiam ocenę jej dorobku oraz zbioru publikacji.

Dane biograficzne i przebieg pracy zawodowej

Habilitantka uzyskała tytuł magistra inżyniera w 1996 r w Szkole Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie (Wydział Żywienia Człowieka oraz Gospodarstwa Domowego, Kierunek – Technologia żywności i żywienie człowieka w zakresie żywienia człowieka na podstawie pracy: Wpływ tłuszczu o różnym składzie chemicznym na wychwyt testosteronu i kortykosteronu przez narządy docelowe (Promotor: prof. dr hab. Joanna Gromadzka-Ostrowska)

Studia doktoranckie 2002-2005 -w 2005 roku uzyskała stopień naukowy doktora nauk rolniczych w zakresie technologii żywności i żywienia (Praca pt: Wpływ diet wysokotłuszczowych z dodatkiem cholesterolu i witaminy E na wybrane parametry homeostazy energetycznej (badania modelowe)

Promotor: prof. dr hab. Joanna Gromadzka-Ostrowska)

Ukończyła Studia Podyplomowe w 2023 roku - Wyższa Szkoła Kształcenia Zawodowego - Studia Podyplomowe w zakresie tutoringu i coachingu w edukacji

Przebieg pracy zawodowej:

2023 rok - p.o. kierownika Zakład Żywienia Człowieka, Wydział Nauk o Zdrowiu

Warszawski Uniwersytet Medyczny

2005-teraz Adiunkt Zakład Żywienia Człowieka, Wydział Nauk o Zdrowiu, Warszawski Uniwersytet Medyczny

2002-2005 Asystent Zakład Żywienia Człowieka, Wydział Nauk o Zdrowiu, Warszawski Uniwersytet Medyczny

2000-2002 Wykładowca Zakład Pielęgniarstwa i Żywienia Człowieka, Wydział Nauk o Zdrowiu Warszawski Uniwersytet Medyczny

1996-2000 Nauczyciel Medyczne Studium Zawodowe ul. Erazma Ciołka 27, 01-455 Warszawa

1995-1996 Dietetyk Dom Pracownika Służby Zdrowia ul. Elekcyjna 37, 01-455 Warszawa

Dr inż. Beata Sińska jest autorem lub współautorem: 92 artykułów, 48 rozdziałów w książkach, 8 publikacji w suplementach oraz 5 podręczników.

Całkowity dorobek naukowy wynosi IF = 72,726 oraz MNiSW = 2584

(z czego prace opublikowane po doktoracie: IF= 68,721 oraz MNiSW =2353.

Liczba cytowań wg bazy Web of Science: 114 (bez autocytowań: 104)

Liczba cytowań wg bazy Scopus: 163 (bez autocytowań: 152)

Index Hirscha wg bazy Scopus: 7, a wg bazy Web of Science : 6

Działalność naukowo-badawcza

Działalność naukową dr inż. Sińska rozpoczęła w trakcie studiów w SGGW na Wydziale Żywienia Człowieka i Gospodarstwa Domowego (1993-1996). W czasie trwania studiów magisterskich uczestniczyła w badaniach prowadzonych w Zakładzie Fizjologii. Badania dotyczące wpływu różnych profili kwasów tłuszczowych na wybrane hormony i inne parametry biochemiczne były badaniami prowadzonymi wspólnie z Wydziałem Biologii Uniwersytetu Warszawskiego. Zwieńczeniem badań była praca magisterska pt.: „Wpływu tłuszczu o różnym składzie chemicznym na wychwyt testosteronu i kortykosteronu przez narządy docelowe” (1996 r.). Jej celem było zbadanie równoczesnego wpływu różnego rodzaju jakościowo tłuszczu i okresu jego podawania w diecie na zmiany stężenia hormonów: testosteronu i kortykosteronu w komórkach docelowych: mięśniu sercowym i naczyniach krwionośnych. W wyniku prowadzonego doświadczenia na szczurach z wykorzystaniem różnych tłuszczów pobierano również inne tkanki i oznaczano inne parametry biochemiczne. Zostało to ujęte w publikacji (Rosołowska-Huszcz D, Gromadzka-Ostrowska J, Wilczak J, Romanowicz K, Borysiak M, Dębska M, Mazurek B. (Sińska B.) Thyroid peroxidase activity, hepatic glucose-6-phosphate dehydrogenase activity and corticosterone level in plasma and tissues of rats fed different dietary fats. *Journal of Animal and Feed Sciences*. 2001;10(1):185-200).

Po obronie pracy magisterskiej w roku 1996 r. rozpoczęła pracę w Medycznym Studium Zawodowym na kierunku Dietetyka, a od 1999 w Akademii Medycznej w Warszawie. W 2001 r. rozpoczęła studia doktoranckie w SGGW w Warszawie, na Wydziale Nauk o Żywieniu Człowieka i Konsumpcji, kontynuując zainteresowania dotyczące wpływu różnych profili tłuszczowych na gospodarkę hormonalną. Zaplanowała i przeprowadziła kolejne doświadczenie w ramach grantu promotorskiego w Katedrze Dietetyki SGGW. Badanie realizowała we współpracy z Wydziałem Weterynaryjnym SGGW oraz Zakładem Fizjologii Zwierząt Wydziału Biologii, Uniwersytetu Warszawskiego. Przedmiotem pracy doktorskiej dr inż. Sińskiej było zbadanie wpływu diet wysokotłuszczowych z dodatkiem cholesterolu i witaminy E na wybrane parametry regulujące bilans energetyczny organizmu znajdującego się w stresie oksydacyjnym wywołanym

czynnikami żywieniowymi.

Kolejnym nurtem badań dr inż. Sińskiej była ocena efektywności edukacji żywieniowej realizowanej na oddziale diabetologicznym oraz zweryfikowanie skuteczności dwóch różnych metod edukacji żywieniowej oraz porównanie ich wpływu na wybrane parametry kliniczne, poziom wiedzy żywieniowej i jakość diety, a także jakość życia dzieci i młodzieży z cukrzycą typu 1 (T1D).

Ocena osiągnięcia naukowego stanowiącego podstawę do ubiegania się o stopień doktora habilitowanego pt. „ZNACZENIE WYBRANYCH CZYNNIKÓW KLINICZNYCH I PSYCHOSPOŁECZNYCH W TERAPII CUKRZYCY TYPU 1.

Jako osiągnięcie według art. 219 ust. 1 pkt. 2b Ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz. U. z 2020 r. poz. 85 z późn. zm.) dr Beata Sińska przedstawiła cykl powiązanych tematycznie ośmiu artykułów naukowych opublikowanych po uzyskaniu stopnia doktora pod wspólnym tytułem: „ZNACZENIE WYBRANYCH CZYNNIKÓW KLINICZNYCH I PSYCHOSPOŁECZNYCH W TERAPII CUKRZYCY TYPU 1“.

Łączna wartość bibliometryczna osiągnięcia to: **IF - 22,506 (21,4 jako pierwszy autor)** oraz łączna punktacja **PK/MNiSW- 740**.

We wszystkich pracach, z wyjątkiem jednej dr inż. Sińska jest pierwszym autorem. Prace zostały opublikowane w międzynarodowych czasopismach. Wkład dr inż. Beaty Sińskiej polegał na opracowaniu koncepcji, opracowaniu metodyki badań, zebraniu i opracowaniu wyników, przeglądzie piśmiennictwa oraz przygotowaniu manuskryptów.

Prezentowany cykl powiązanych tematycznie publikacji stanowi teoretyczno-praktyczne ujęcie problematyki związanej z cukrzycą typu 1 jej leczeniem. Przeprowadzone badania opublikowane w powyższych pracach miały cel w postaci analizy znaczenia wybranych czynników klinicznych i psychospołecznych (w tym behawioralnych, psychologicznych i demograficznych) w osiąganiu celów terapeutycznych przez pacjentów (dzieci, młodzież i dorosłych) z cukrzycą typu 1 oraz wykazaniu konieczności działania zintegrowanego, multidyscyplinarnego i skoncentrowanego na pacjencie.

Ponadto Habilitantka wyróżniła cele szczegółowe, zrealizowane i opublikowane w artykułach zawartych w cyklu, takie jak:

- ocena znaczenia mikrobiomu jelitowego w etiopatogenezie cukrzycy typu 1 (Publikacja 1)
- przegląd i analiza zaleceń dietetycznych rekomendowanych w cukrzycy typu 1 oraz wskazanie problemów związanych z ich realizacją (Publikacja 2)
- ocena wrażliwości na smak słodki i słony dzieci i młodzieży z cukrzycą typu 1 w

porównaniu do zdrowych rówieśników w kontekście cukrzycowych zaleceń dietetycznych (Publikacja 3)

- weryfikacja wpływu poczucia odpowiedzialności za własne zdrowie i akceptacji choroby na przestrzeganie zaleceń dietetycznych przez pacjentów z cukrzycą typu 1 przy mediacyjnej roli występowania zaburzeń odżywiania (Publikacja 4)
- ocena przestrzegania zaleceń żywieniowych w kontekście poczucia odpowiedzialności za własne zdrowie wśród dorosłych pacjentów z cukrzycą typu 1 (Publikacja 5)
- identyfikacja i wpływ czynników klinicznych, socjodemograficznych i psychologicznych na wyrównanie metaboliczne cukrzycy mierzone stężeniem hemoglobiny glikowanej u osób z cukrzycą typu 1 (Publikacja 6)
- identyfikacja czynników wpływających na poziom odczuwanej stygmatyzacji przez pacjentów z cukrzycą typu 1 (Publikacja 7)
- analiza terapii i zarządzania cukrzycą typu 1 w kontekście miejsca zamieszkania (Publikacja 8).

Badania dr inż. Sińskiej stanowią innowacyjny wkład naukowy w rozwój dyscypliny ze względu na fakt, że przeprowadzono je nie tylko wśród dzieci i młodzieży, ale poszerzono je o grupę osób dorosłych z T1D. Jednocześnie Habilitantka uwzględniła wieloaspektowość terapii tej choroby i problematykę osiągnięcia celów terapeutycznych. Zastosowane podejście wypełnia istniejące w tym obszarze braki.

Planując badania wzięła pod uwagę wiele aspektów, które mogą odgrywać istotną rolę w realizacji celów terapeutycznych. Były to czynniki behawioralne, przede wszystkim realizacja zaleceń dietetycznych, czynniki socjodemograficzne (tj. płeć, miejsce zamieszkania, wykształcenie), czynniki związane z terapią cukrzycy (tj. sposób leczenia, epizody hipo- i hiperglikemii oraz stężenie hemoglobiny glikowanej), oraz czynniki psychologiczne (tj. akceptacja choroby, poczucie odpowiedzialności za własne zdrowie, ryzyko zaburzeń odżywiania, odczucie stygmatyzacji). Zmienne te pozwoliły na poznanie profilu pacjentów potrzebujących szczególnego wsparcia terapeutycznego.

Takie holistyczne podejście jest szczególnie potrzebne w chorobie przewlekłej, jaką jest T1D. Może być ono z jednej strony pomocne w kreowaniu zindywidualizowanych, skupionych na pacjencie programów edukacyjnych o wyższej skuteczności, z drugiej zaś wskazuje na konieczność podnoszenia wiedzy na temat choroby w środowisku pacjenta. Umożliwia to wyeliminowanie stygmatyzacji i izolacji pacjentów z cukrzycą i zaangażowanie najbliższego otoczenia (rodziny) w proces leczenia. Dr inż. Beata Sińska przedstawiła własny model zarządzania cukrzycą typu 1 łączący zmienne kliniczne, behawioralne, demograficzne i psychologiczne.

Dwie pierwsze prace cyklu (Wujkowska A, Sińska B, Is there a relationship between the intestinal microbiota and diabetes?, *Advancements of Microbiology*, 2021; 60(3):195-200, Sińska B [aut. koresp.], Kucharska A. Dietary guidelines in diabetes – why are they so difficult to follow? *Pediatric Endocrinology Diabetes and Metabolism*, 2023;29(3):125-127) stanowią przegląd literatury i stanowią dobre wprowadzenie w tematykę dotyczącą cukrzycy, trzecia praca (Sińska B, Kucharska A, Czarnecka K, Harton A, Szypowska A, Traczyk I, Sensitivity to Sweet and Salty Tastes in Children and Adolescents with Type 1 Diabetes, *Nutrients*. 2023;15:1-10.) obejmuje badanie wrażliwości dzieci z cukrzycą i zdrowych na smak słodki i słony. Czwarta praca (Sińska B, Dłużniak-Gołaska K, Jaworski M, Panczyk M, Duda-Zalewska A, Traczyk I, Religioni U, Kucharska A. Undertaking Healthy Nutrition Behaviors by Patients with Type 1 Diabetes as an Important Element of Self-Care. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022;19(20):1-14) obejmuje badanie kwestionariuszowe przeprowadzone wśród 190 dzieci i młodzieży z T1D w wieku 12-18 lat. Narzędziami badawczymi w tej pracy były kwestionariusze DDGA (*Diabetes Dietary Guidelines Adherence Index*, Indeks przestrzegania zaleceń żywieniowych w cukrzycy), AIS (*Acceptance of Illness Scale*, Akceptacja choroby), DEPS (*Diabetes Eating Problem Survey-Revised Scale*, skala ryzyka objawów zaburzeń odżywiania) i SRHS (*Sense of Responsibility for Health Scale*, Poczucie odpowiedzialności za własne zdrowie). Na podstawie danych z literatury dr inż. Sińska wraz z zespołem opracowała teoretyczny model wpływu poczucia odpowiedzialności za zdrowie i akceptacji choroby na przestrzeganie zaleceń dietetycznych przez pacjentów z T1D. Warto podkreślić wartość tego badania - jest to jedno z pierwszych badań, w którym podjęto temat roli czynników psychologicznych, zwłaszcza odpowiedzialności za zdrowie w kontekście przestrzegania zaleceń dietetycznych przez młode osoby z T1D, a większość dotychczasowych badań skupiała się na grupie osób z cukrzycą typu 2. Ponadto, nie ma wielu badań koncentrujących się na przestrzeganiu zaleceń dietetycznych.

W kolejnej – piątej pracy (Sińska BI, Jaworski M, Kucharska A, Koziol-Kozakowska A, Panczyk M. Relationship between health responsibility and disease acceptance, and its impact on dietary adherence in type 1 diabetic adolescents: the mediating role of eating disorders. *Paediatrics and Family Medicine*. 2023. DOI: 10.15557/PiMR.2023.0059) dr inż. Sińska przeprowadziła badanie w grupie 394 dorosłych pacjentów ze zdiagnozowaną co najmniej od roku T1D. Do oceny stopnia przestrzegania zaleceń żywieniowych zastosowała Indeks przestrzegania zaleceń żywieniowych w cukrzycy (DDGA). Do pomiaru poczucia odpowiedzialności za własne zdrowie wykorzystała wystandaryzowany kwestionariusz The Sense of Responsibility for Health Scale (SRHS). Analiza przestrzegania poszczególnych zaleceń żywieniowych rekomendowanych w terapii behawioralnej T1D wskazała, że zdecydowana większość pacjentów stosowała się do rekomendacji unikania produktów „niezdrowych”, natomiast mniej osób wdrażało „zdrowe” produkty do diety. Wśród zmiennych, które pozytywnie wpływały na poziom przestrzegania zaleceń żywieniowych obok poczucia odpowiedzialności za własne zdrowie, wymienić należy także zmienne towarzyszące: wiek,

pleć żeńską, znajomość średniej liczby spożywanych wymienników węglowodanowych oraz znajomość kaloryczności codziennej diety, a także wykształcenie wyższe.

Celem szóstej publikacji (Sińska BI, Rzońca E, Kucharska A, Gałązkowski R, Traczyk I, Rzońca P. Factors influencing the control of diabetes measured by glycated hemoglobin concentrations in adults with type 1 diabetes. *Eur. J. Investig. Health Psychol. Educ.* 2023; 13(10): 2035–2045) była identyfikacja i analiza wpływu czynników psychologicznych, socjodemograficznych i klinicznych na wyrównanie metaboliczne cukrzycy. Wyniki badania wskazały, że niezależnymi czynnikami wpływającymi na lepsze wyrównanie cukrzycy mierzonej stężeniem hemoglobiny glikowanej wśród badanych osób z T1D była wyższa akceptacja choroby, wyższy stopień przestrzegania zaleceń żywieniowych, niższy BMI oraz niższe ryzyko występowania zaburzeń zachowań żywieniowych.

Publikacja 7 (Sińska BI, Kucharska A, Panczyk M, Matejko B, Traczyk I, Harton A, Jaworski M. Identification of Sociodemographic and Clinical Factors Influencing the Feeling of Stigmatization in People with Type 1 Diabetes. *Healthcare.* 2023;11(15),2185.) obejmuje badanie przekrojowe przeprowadzone w grupie 339 dorosłych osób z T1D. Narzędziem badawczym był przetłumaczony na język polski kwestionariusz DSAS-1 (*The Type 1 Diabetes Stigma Assessment Scale*). Dodatkowo badanych zapytano o wiek, czas trwania cukrzycy, wiek diagnozy, wykształcenie, stan cywilny, ocenę sytuacji finansowej, miejsce zamieszkania, częstość występowania epizodów hipoglikemii, sposób podawania insuliny (pen/pompa insulinowa) oraz ostatni wynik hemoglobiny glikowanej (HbA1c).

Analiza uzyskanych wyników pozwoliła na stwierdzenie, że w związku z występowaniem wśród osób z T1D zjawiska stygmatyzacji, należy podjąć skuteczne i kompleksowe wysiłki w celu zapewnienia wsparcia tym osobom z cukrzycą. Konieczne jest również upowszechnianie wiedzy na temat cukrzycy.

Publikacja 8 (Sińska BI, Kucharska A, Rzońca E, Wronka L, Bączek G, Gałązkowski R, Olejniczak D, Rzońca P. What differentiates rural and urban patients with type 1 diabetes – a pilot study. *Nutrients.* 2024;16(1),22.) dotyczyła związku między miejscem zamieszkania a zarządzaniem T1D i jej wyrównaniem metabolicznym w powiązaniu z wybranymi czynnikami socjodemograficznymi, psychologicznymi oraz klinicznymi. Badanie przeprowadzono wśród 419 dorosłych osób z T1D, wykorzystując dobór celowy. Wykorzystano kwestionariusze: Indeks przestrzegania zaleceń żywieniowych w cukrzycy (*Diabetes Dietary Guidelines Adherence Index, DDGA*), skalę akceptacji choroby (*Acceptance of Illness Scale, AIS*), skalę odpowiedzialności za zdrowie (*The Sense of Responsibility for Health Scale, SRHS*), specyficzne dla cukrzycy narzędzie do badań przesiewowych w kierunku zaburzeń odżywiania (*Diabetes Eating Problem Survey-Revised scale, DEPS-R*), test ryzyka zaburzeń odżywiania (*Eating Attitude Test, EAT26*) oraz pytania dotyczące cech socjodemograficznych i klinicznych. Wyższy poziom akceptacji

choroby stwierdzono częściej wśród badanych z terenów wiejskich. Natomiast wyższy stopień przestrzegania zaleceń żywieniowych oraz wyższe poczucie odpowiedzialności za własne zdrowie częściej stwierdzano u badanych z T1D z miast.

Podsumowanie cyklu prac.

Do najważniejszych wniosków związanych z prowadzonymi przez dr inż. Beatę Sińską badaniami należą:

1. Dla zwiększenia efektywności terapii behawioralnej cukrzycy, w szczególności realizacji zaleceń żywieniowych, konieczne jest tworzenie spersonalizowanych planów żywieniowych oraz strategii radzenia sobie z ich wdrażaniem. Wsparcie społeczne i psychologiczne pacjenta odgrywa kluczową rolę we wzmacnianiu poczucia odpowiedzialności za własne zdrowie, co prowadzi do większego zaangażowania w proces terapeutyczny, włącznie z przestrzeganiem diety. Skuteczność terapii może być zwiększona poprzez indywidualną, skupioną na potrzebach danego pacjenta analizę trudności i problemów wynikających z realizacji zaleceń terapeutycznych.
2. Zalecenia dotyczące żywienia w cukrzycy powinny być wprowadzane w sposób wyważony i przemyślany. Bardzo rygorystyczne ograniczenia dietetyczne, zwłaszcza dotyczące spożycia węglowodanów, mogą istotnie wpłynąć na długotrwałe przestrzeganie diety. Nadmierne ograniczenia węglowodanów w diecie dzieci i młodzieży z T1D, szczególnie na początkowym etapie choroby, mogą zmieniać ich wrażliwość na smak słodki. Obserwacje dokonane w badaniach mają kluczowe znaczenie dla zrozumienia trudności z przestrzeganiem zaleceń żywieniowych i dokonywaniem wyborów żywieniowych przez osoby z cukrzycą typu 1 bezpośrednio po rozpoznaniu, a w konsekwencji dla poprawy skuteczności terapii diabetologicznej.
3. Projektując i wdrażając interwencje edukacyjne dla dzieci i młodzieży z T1D należy uwzględnić działania mające na celu wzmacnianie akceptacji choroby, poczucia odpowiedzialności za własne zdrowie, a także identyfikować czynniki zwiększające ryzyko wystąpienia zaburzeń odżywiania. Wpłynie to na lepsze przestrzeganie zaleceń dietetycznych, poprawę stanu psychicznego pacjenta, a tym samym skuteczniejsze zarządzanie cukrzycą i osiągnięcie celów terapeutycznych.
4. Dla większego zaangażowania pacjenta z T1D w zarządzanie chorobą i osiągnięcie celów terapeutycznych niezbędne jest opracowywanie i implementowanie działań edukacyjnych uwzględniających nie tylko przekazywanie wiedzy i kształtowanie umiejętności w zakresie terapii behawioralnej, ale także wzmacnianie poczucia odpowiedzialności za własne zdrowie.

5. Niezależnymi czynnikami wpływającymi na osiągnięcie przez pacjentów lepszych wyników stężenia hemoglobiny glikowanej były wyższa akceptacja choroby, wyższy stopień przestrzegania zaleceń żywieniowych, niższy BMI oraz niższe ryzyko występowania zaburzeń zachowań żywieniowych. A zatem dla osiągnięcia lepszych wyników terapeutycznych niezbędne jest objęcie pacjenta opieką psychodietetyczną.
6. Kluczowym elementem zarządzania T1D powinno być zapobieganie poczuciu stygmatyzacji z powodu choroby. W związku z tym w opiece diabetologicznej należy uwzględniać cechy psychospołeczne pacjenta i być świadomym stygmatyzujących postaw lub języka w komunikacji z chorym. Należy także promować politykę społeczną zwiększającą wiedzę społeczeństwa na temat cukrzycy, a komunikaty antystygmatyzacyjne powinny zostać włączone w programy profilaktyczne i kampanie społeczne.
7. Różnice w zarządzaniu cukrzycą pomiędzy osobami mieszkającymi na terenach miejskich i wiejskich wskazują na gorsze wyrównanie metaboliczne choroby, a także niższy stopień przestrzegania zaleceń terapeutycznych i niższe poczucie odpowiedzialności za własne zdrowie w społecznościach wiejskich. Niezbędne jest wypracowanie ukierunkowanych działań na rzecz zdrowia osób z cukrzycą typu 1, ze szczególnym uwzględnieniem chorych z terenów wiejskich.

Warto podkreślić wartość praktyczną przeprowadzonych badań. Wnioski z badań mogą mieć potencjalny znaczący wpływ na opiekę nad pacjentami z cukrzycą typu 1 w różnym wieku. Skuteczniejsze leczenie cukrzycy wiąże się ze zwiększeniem efektywności terapii behawioralnej cukrzycy, w tym realizacji zaleceń dietetycznych, dr Sińska wyodrębnia dwa ważne elementy:

1. Indywidualizacja planów żywieniowych i opracowywanie z pacjentem strategii radzenia sobie z ich wdrażaniem.
2. Konieczność podjęcia działań mających na celu nie tylko przekazywanie wiedzy na temat choroby, ale także zwiększanie akceptacji choroby, poczucia odpowiedzialności za zdrowie oraz identyfikację potencjalnych czynników ryzyka zaburzeń odżywiania.

Ponadto, dr inż. Sińska zwraca uwagę na konieczność podjęcia działań mających na celu wzmocnienie opieki psychodietetycznej, jako integralnej części terapii osób z T1D. W praktyce klinicznej opieka taka może przyczynić się do wczesnego rozpoznania problemów pacjentów i wdrożenia odpowiedniego działania.

Zgromadzone wyniki podkreślają konieczność interdyscyplinarnego podejścia do ustalania terapii cukrzycy w celu kompleksowej opieki nad pacjentem. Wyniki badań potwierdziły również występowanie zjawiska stygmatyzacji wśród osób z T1D.

W ramach prowadzonych badań dr inż. Sińska zaobserwowała nierówności zdrowotne

pomiędzy pacjentami z T1D mieszkającymi na wsi i w miastach. Zniwelowanie tych nierówności wymaga wielowymiarowego podejścia obejmującego różne obszary, m.in. poprawę dostępu do wysokiej jakości opieki zdrowotnej, programy edukacyjne dostosowane do specyfiki potrzeb i warunków społeczności wiejskiej, rozważenie poprawy infrastruktury zdrowotnej w obszarach wiejskich. Pogłębienie badań w obszarze diabetologicznych potrzeb zdrowotnych mieszkańców terenów wiejskich może pomóc w wyborze odpowiednich i skutecznych interwencji.

Ocena aktywności naukowo-badawczej

Staż naukowy dr inż. Beta Sińska odbyła w Pracowni Dietetyki Pediatrycznej, Kliniki Pediatrii Gastroenterologii i Żywienia Uniwersytetu Jagiellońskiego Collegium Medicum w okresie od 18 lipca 2022 do 26 sierpnia 2022 r. W ramach stażu brała udział w działaniach naukowych i edukacyjnych realizowanych przez Pracownię. Działania te obejmowały m.in. przegląd piśmiennictwa dotyczącego edukacji żywieniowej w prewencji i leczeniu chorób metabolicznych, w tym w zaburzeniach gospodarki węglowodanowej. Zbierała wywiady żywieniowo-zdrowotne od pacjentów, przygotowywała informacje edukacyjne zgodne z wytycznymi dietetyki opartej na dowodach naukowych. Zbierała dane dotyczące psychospołecznych czynników wpływających na akceptację choroby i wyrównanie metaboliczne dzieci i młodzieży z cukrzycą typu 1.

Od września 2022 do sierpnia 2023 r. współpracowała z Instytutem Nauk o Żywnieniu Człowieka, SGGW w Warszawie.

Udział w wielośrodkowych, międzynarodowych i innych badaniach klinicznych

Dr inż. Sińska uczestniczyła w następujących badaniach/projektach naukowych :

- Projekt finansowany przez MNiSW w ramach programu Społeczna Odpowiedzialność Nauki/Doskonała Nauka, nazwa i moduł wniosku: Społeczna odpowiedzialność nauki – popularyzacja nauki i promocja sportu. Tytuł projektu: „Cukrzyca od kuchni. Osiągnięcia naukowe medycyny kulinarnej jako element terapii cukrzycy”.2022-2024 **Kierownik**
- Projekt w ramach Narodowego Programu Zdrowia NPZ04 na lata 2016-2020, którego celem było przeprowadzenia kompleksowych badań epidemiologicznych dotyczących sposobu żywienia i stanu odżywienia społeczeństwa polskiego ze szczególnym uwzględnieniem osób przebywających w jednostkach całodobowego pobytu, wraz z identyfikacją czynników ryzyka zaburzeń odżywiania, oceną poziomu aktywności fizycznej, poziomu wiedzy żywieniowej oraz występowania nierówności w zdrowiu.2016-2020 **Wykonawca**
- Projekt „Mistrzowie dydaktyki” finansowany z Funduszy Europejskich Wiedza Edukacja Rozwój, MEiN/2021/229/DIR/WMT/W31, (FS256).2021 **Wykonawca**
- Projekt nr POWR.05.01.00-00-0022/20 pn. „Dorosłość bez próchnicy” realizowany jest w makroregionie centralnym (województwo mazowieckie i łódzkie) przez Warszawski Uniwersytet Medyczny i Fundację NEUCA dla Zdrowia w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014- 2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu

Spółecznego, (FS250).2020 **Wykonawca**

- Projekt, Fundusze Europejskie Wiedza Edukacja Rozwój - "WUM for WUM", „WUM for WUM: Warszawski Uniwersytet Medyczny Wiedza i Umiejętności dla Mazowsza”, utworzenie nowego przedmiotu i rozszerzenie treści nauczania przedmiotu – Żywnienie kliniczne oraz Poradnictwo dietetyczne dla studentów kierunku dietetyka, (FS 229).2019 **Wykonawca**

- Grant wewnętrzny WUM, praca pt.: „Glikemia poposiłkowa i subiektywna ocena sytości po spożyciu posiłków śniadaniowych o różnym IG i ŁG w grupach młodych, zdrowych osób”.2019 **Kierownik**

Projekt „Kompleksowa pielęgniarska opieka nad pacjentem z najczęstszymi schorzeniami wieku podeszłego dla pielęgniarek i pielęgniarzy” w ramach projektu systemowego „Rozwój kwalifikacji i umiejętności kadry pielęgniarskiej w kontekście zmian epidemiologicznych będących następstwem starzejącego się społeczeństwa” (FS150).2015 **Wykonawca**

Projekt „Przygotowanie i przeprowadzenie II edycji kursu specjalistycznego kompleksowa pielęgniarska opieka nad pacjentem z najczęstszymi schorzeniami wieku podeszłego dla pielęgniarek/pielęgniarzy”, w ramach Projektu Systemowego „Rozwój kwalifikacji i umiejętności kadry pielęgniarskiej w kontekście starzejącego się społeczeństwa”, (FS145 II edycja).2014

Wykonawca

- Projekt „Q: Kultura Jakości Uczelni. Rozwój systemu zarządzania jakością kształcenia w Warszawskim Uniwersytecie Medycznym”, Kapitał Ludzki Narodowa Strategia Spójności, (FS79).2013-2014 **Kierownik**

- Grant wewnętrzny NZF/W1/07 pt. „Niekorzystne zachowania zdrowotne a ryzyko rozwoju chorób cywilizacyjnych w grupie mężczyzn w wieku 30-45 lat (Badania ankietowe)”.2008

Wykonawca

Projekt „Wdrożenie e-usług do obsługi procesów związanych z edukacją i egzaminowaniem w WUM”, (FS177).2005 **Wykonawca**

Grant promotorski KBN 3PO6T 02836 pt. „Wpływ tłuszczu i witaminy E na aktywność osi podwzgórzowo-nadnerczowej i metabolizm kortykosteronu u szczurów żywionych dietą hipcholesterolemiczną”.2002-2005 **Kierownik**

Projekt badawczy w ramach działalności statutowej finansowany przez Ministerstwo Nauki i Informatyzacji NZF/N/2003 pt.: „Ocena wybranych parametrów stanu odżywienia u mieszkańców Domów Opieki Społecznej dzielnicy Wola” 2003-2004. **Wykonawca**

Dr inż. Beata Sińska wielokrotnie była zapraszana do wygłoszenia wykładów, brała udział w debatach, panelach eksperckich dotyczących pacjentów diabetologicznych, jest autorem wielu publikacji dotyczących żywienia w cukrzycy skierowanych do lekarzy diabetologów, pielęgniarek diabetologicznych i edukatorów zdrowotnych i pacjentów diabetologicznych. Prowadziła wykłady i autorskie warsztaty na rzecz pediatrycznych i dorosłych pacjentów diabetologicznych.

Współpracując z Fundacją Diabeciaki - Łódź, Fundacją Dzieci z Cukrzycą-Warszawa, Fundacją Europejska Klinika Cukrzycy - Będzin. Ponadto jest również ekspertem w webinarach „Porozmawiajmy o cukrzycy” organizowanych przez największą stronę internetową zrzeszającą pacjentów z cukrzycą mojacukrzyca.org.pl. Jest autorem wielu materiałów dla pacjentów diabetologicznych, pielęgniarek, lekarzy i edukatorów diabetologicznych.

Dr inż. Sińska otrzymała szereg nagród i odznaczeń między innymi: 2023 r. Nagroda Naukowa Rektora Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego - zespołowa II stopnia za badania wrażliwości na smak słodki i słony wśród dzieci z cukrzycą typu I; 2022 r. Nagroda Naukowa Rektora Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego - zespołowa III stopnia za badanie wpływu charakterystyki psychologicznej na przestrzeganie zaleceń żywieniowych w czasie pandemii COVID-19; 2013 r. Nagroda Rektora Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego indywidualna III stopnia za organizację i wdrożenie programu nauczania na studiach niestacjonarnych II-go stopnia na kierunku dietetyka

Odnaczenia

- 2017 Medal Komisji Edukacji Narodowej za szczególne zasługi dla oświaty i wychowania 2010 Srebrny Krzyż Zasługi
- 2005 Brązowy Krzyż Zasługi

Dr Sińska jest członkiem w krajowych i międzynarodowych towarzystwach naukowych takich jak: Polskiej Federacji Edukacji Diabetologicznej, Polskiego Towarzystwa Diabetologicznego, Polskiego Towarzystwa Dietetycznego, Polskiego Stowarzyszenia Dietetyków, Polskie Towarzystwo Nauk Żywnościowych

Habilitantka była recenzentką prac naukowych w czasopismach

- Environment, Earth and Ecology, Wydawnictwo Młodzi Naukowcy
- Kosmos Problemy nauk biologicznych, Polskie Towarzystwo Przyrodników
- Położna, Nauka i Praktyka

Osiągnięcia dydaktyczne i organizacyjne popularyzujące naukę: dr Sińska popularyzując naukę w środowisku akademickim, zawodowym i lokalnym prowadziła wykłady w ramach projektu Akademia Nauk o Zdrowiu WUM, dofinansowanego z programu "Społeczna odpowiedzialność nauki" MEiN, ponadto prowadzi szeroko zakrojoną współpracę ze środowiskiem pacjentów diabetologicznych, z fundacjami zrzeszającymi pacjentów diabetologicznych i Polskim Towarzystwem Diabetologicznym, której głównym celem jest popularyzacja nauki.

Dzielnosc na rzecz Uczelni obejmuje następujące aktywności:

Przewodnicząca - Rada Programowa dla kierunku dietetyka, Wydział Nauk o Zdrowiu, Warszawski Uniwersytet Medyczny

Członek - Zespół przygotowującego raport samooceny dla Państwowej Komisji Akredytacyjnej

Przewodnicząca - Egzamin dyplomowy dla studiów I-ego stopnia (licencjat) na kierunku dietetyka, Wydział Nauk o Zdrowiu, Warszawski Uniwersytet Medyczny

Członek Uczelniany Zespół ds. jakości kształcenia, Warszawski Uniwersytet Medyczny

Przewodnicząca - Komisja egzaminacyjna na studia stacjonarne i niestacjonarne na kierunku dietetyka na studia II stopnia, Wydział Nauk o Zdrowiu, Warszawski Uniwersytet Medyczny

Członek - Wydziałowy Zespół ds. jakości kształcenia, Wydział Nauk o Zdrowiu, Warszawski Uniwersytet Medyczny

Członek - Odwoławcza Komisja Dyscyplinarna dla studentów, Warszawski Uniwersytet Medyczny

Osiągnięcia dydaktyczne

Od roku 2013 wraz z zespołem kierowanym przez prof. Hannę Kunachowicz, aktualnie przez dr Beatę Przygodę z Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego PZH – Państwowy Instytut Badawczy, była autorem/współautorem rozdziałów w podręcznikach (zgodnych z nowymi podstawami programowymi) do kształcenia w zawodach m.in. technik żywienia i usług gastronomicznych. Książki są obowiązkowymi podręcznikami dopuszczonymi przez właściwe ministerstwo wydawane przez Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.

Koordynator przedmiotów na kierunku dietetyka

Jest koordynatorem, autorem sylabusów, prowadzącym wykłady, seminaria

i ćwiczenia z następujących przedmiotów na kierunku Dietetyka:

- studia pierwszego stopnia: Podstawy Żywienia Człowieka, Technologia potraw, Ocena sposobu żywienia

- studia drugiego stopnia: Nutrisensoryka, Społeczno-kulturowe uwarunkowania zachowań żywieniowych, Fizjologiczne i praktyczne aspekty wyboru żywności, Technologia potraw w dietetyce.

Ponadto prowadzi zajęcia z przedmiotów: Edukacja jednostek i grup (dietetyka, studia mgr),

Poradnictwo dietetyczne (dietetyka, studia lic i mgr), Suplementy diety (dietetyka, studia mgr), Opieka specjalistyczna nad kobietą i jej rodziną (położnictwo, studia mgr).

Promotor pomocniczy w przewodzie doktorskim

Dr inż. Sińska była promotorem pomocniczym w przewodzie doktorskim mgr Karoliny Dłużniak-Gołaskiej pt.: „Ocena wpływu różnych form edukacji żywieniowej na skuteczność leczenia pompą insulinową oraz jakość życia dzieci i młodzieży z cukrzycą typu 1”. Obrona 1.12.2020r.

Prace licencjackie/magisterskie

Była promotorem prac licencjackich i magisterskich o tematyce w obszarach: diabetologii, oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia różnych grup populacyjnych, wpływu diet na ryzyko rozwoju różnych chorób, oceny sposobu i stanu odżywienia różnych grup ludności, oceny wartości zdrowotno-żywnościowej różnych grup produktów spożywczych. Prace były pisane przede wszystkim przez studentów kierunku dietetyka (studia I i II stopnia), ale również studentów z kierunków: pielęgniarstwo, położnictwo, fizjoterapia i zdrowie publiczne.

Liczba prac zakończonych egzaminem dyplomowym: 171 prac magisterskich i 164 prac licencjackich.

Była recenzentem 109 prac dyplomowych magisterskich i licencjackich na kierunkach: dietetyka, zdrowie publiczne, pielęgniarstwo.

Dr Sińska była w latach 2002-2010 była założycielem i opiekunem Studenckiego Koła Naukowego Dietetyków. W roku 2009 zorganizowała pierwszy obóz naukowy dla członków SKN Dietetyków Zakładu Żywienia Człowieka w Nałęczowie.

Prowadziła wykłady i seminaria na kursach podyplomowych/specjalistycznych:

- Dr Sińska była ekspertem merytorycznym w ramach kampanii „Włącz żywienie do dziedziny”, projekt realizowany przez WNoZ oraz Agencję PRHub w ramach współpracy w zakresie działalności naukowo-badawczej
- Opiekunem merytoryczny nad 3 stażystkami kierunku dietetyka w ramach PROJEKTU PRAXIS.

Podsumowując: dr inż. Beata Sińska posiada w dorobku osiągnięcia naukowo-badawcze stanowiące znaczący wkład w rozwój wiedzy w zakresie nauk o zdrowiu. Habilitantka spełnia moim zdaniem kryteria wymagane w postępowaniu habilitacyjnym. Przedstawiony do oceny cykl publikacji prezentuje spójny projekt badawczy, który jest odpowiedzią na istotny problem kliniczny jakim jest holistyczne leczenie cukrzycy typu 1.

Mimo braku współpracy zagranicznej, aktywność zawodowa i dydaktyczna dr inż. Sińskiej jest bardzo duża, warto pokreślić Jej udział w wielu projektach jako Wykonawca oraz w czterech jako Kierownik. Świadczy to o doświadczeniu w kierowaniu zespołem oraz umiejętności współpracy. Na podkreślenie zasługuje współpraca z innymi ośrodkami i jednostkami naukowymi i uzyskanie wysokich oznaczeń państwowych – otrzymała Srebrny i Brązowy Krzyż Zasługi oraz Medal Komisji Edukacji Narodowej za szczególne zasługi dla oświaty i wychowania.

Wysoko oceniam zaangażowanie dr inż. Sińskiej w zakresie wspomagania chorych na cukrzycę typu 1. Wyniki przedstawione w cyklu publikacji stanowią istotny wkład w poznanie problemów osób z rozpoznaną cukrzycą typu 1 i mogą być wykorzystane w praktyce do poprawy opieki w tej grupie pacjentów.

Po analizie przedstawionej do recenzji dokumentacji w przewodzie habilitacyjnym dr inż. Beaty Sińskiej w oparciu o art. 219, Ustawy Prawo o szkolnictwie wyższym z dnia 20 lipca 2018 r. (z późn. zm.) stwierdzam, że dorobek naukowy w postaci zestawu publikacji z okresu po uzyskaniu doktoratu charakteryzuje się wysokim poziomem naukowym, jest interesujący i spójny - co świadczy o dojrzałości naukowej habilitantki. Publikacje zawierają elementy oryginalne, poruszana problematyka jest aktualna i przydatna w praktyce. Ponadto dr inż. Beata Sińska jest doświadczonym dydaktykiem i dobrą organizatorką.

Pozytywnie opiniuję wniosek dr inż. Beaty Sińskiej o przyznanie jej stopnia doktora habilitowanego w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu, w dyscyplinie nauki o zdrowiu.

Prof. dr hab. n. med. Sylwia Małgorzewicz