



# UNIwersytet Medyczny

## IM. PIASTÓW ŚLĄSKICH WE WROCLAWIU

Przewodniczący Rady Dyscypliny Nauki o Zdrowiu  
dr hab. Michał Czapla, profesor uczelni

Wrocław, 22.02.2026 r.

### Recenzja rozprawy doktorskiej mgr Klaudii Wiśniewskiej

Przedstawiona praca doktorska mgr Klaudii Wiśniewskiej pt. „**Wpływ diet opartych na produktach roślinnych na wybrane parametry metaboliczne i cechy apetytu u osób z otyłością i chorobami jej towarzyszącymi**” została przygotowana pod kierunkiem prof. dr hab. n. med. i n. o zdr. Anety Nitsch-Osuch oraz promotora pomocniczego dr inż. Katarzyny Okręglickiej. Tematyka rozprawy doktorskiej jest aktualna i istotna z punktu widzenia zdrowia publicznego oraz praktyki klinicznej w obszarze dietetyki i leczenia otyłości. Otyłość oraz zespół metaboliczny stanowią jedno z najpoważniejszych wyzwań zdrowotnych XXI wieku, a skuteczność długoterminowych interwencji żywieniowych pozostaje ograniczona. Poszukiwanie modeli dietetycznych możliwych do zastosowania w praktyce klinicznej, a jednocześnie opartych na dowodach naukowych, ma istotne znaczenie dla optymalizacji postępowania terapeutycznego. Celem głównym badania była ocena wpływu różnych modeli żywienia opartych na produktach roślinnych na wybrane parametry metaboliczne, cechy apetytu oraz masę ciała i skład ciała u osób dorosłych, z wykorzystaniem badania przekrojowego oraz randomizowanej interwencji dietetycznej. Doktorantka także prawidłowo sformułowała cele szczegółowe.

Wybór tematu rozprawy świadczy o trafnym rozpoznaniu aktualnych problemów badawczych w dyscyplinie nauki o zdrowiu, zwłaszcza w kontekście rosnącego zainteresowania dietami opartymi na produktach roślinnych oraz ich potencjalnego wpływu na parametry metaboliczne i regulację apetytu. Doktorantka podjęła próbę kompleksowej analizy zagadnienia, łącząc przegląd literatury, badanie przekrojowe oraz randomizowane badanie interwencyjne, co wskazuje na przemyślaną i wieloetapową koncepcję badawczą. Dodatkowo mgr Klaudia Wiśniewska wykazuje wysoką aktywność naukową oraz zaangażowanie w popularyzację wiedzy opartej na dowodach naukowych. Jest autorką i współautorką publikacji naukowych, uczestniczy w konferencjach naukowych oraz aktywnie upowszechnia wiedzę w przestrzeni publicznej, promując podejście EBM.

Rozprawa doktorska mgr Klaudii Wiśniewskiej ma formę nowoczesnego doktoratu opartego na cyklu trzech powiązanych tematycznie publikacji naukowych, opublikowanych w międzynarodowych czasopismach o wysokich parametrach bibliometrycznych:

1. Wiśniewska K, Okręglicka KM, Nitsch-Osuch A, Oczkowski M. Plant-Based Diets and Metabolic Syndrome Components: The Questions That Still Need to Be Answered- A Narrative Review. *Nutrients*. 2024 Jan 4;16(1):165. doi: 10.3390/nu16010165. PMID: 38201994; PMCID: PMC10780839 [IF 5,0, MEiN 140, Q1]
2. Wiśniewska K, Okręglicka KM, Jaworski M, Nitsch-Osuch A. Plant-Based vs. Animal- Based Diets: Appetitive Traits and Dietary Patterns in Adults Based on Cross-Sectional Surveys. *Nutrients*. 2025 Feb 4;17(3):573. doi: 10.3390/nu17030573. PMID: 39940431; PMCID: PMC11819905 [IF 5,0, MEiN 140, Q1]
3. Wiśniewska K, Okręglicka KM, Paskudzka M, Jagielska AM, Bober J, Oczkowski M, Ciepela O, Nitsch-Osuch A. The VEGPREV study: effectiveness of four plant-based diets on weight loss, metabolic syndrome components and appetitive traits in overweight and obese individuals: a randomized controlled trial. *Front Nutr*. 2025 Nov 18;12:1677496. doi: 10.3389/fnut.2025.1677496. PMID: 41340660; PMCID: PMC12668910 [IF 5,1, MEiN 70, Q1].

Wszystkie prace ukazały się w latach 2024–2025 w czasopismach „Nutrients” oraz „Frontiers in Nutrition”, indeksowanych w bazie Journal Citation Reports – Q1. Łączny współczynnik Impact Factor cyklu wynosi 15,1, a suma punktów MEiN 350. Mgr Klaudia Wiśniewska jest pierwszą autorką wszystkich trzech publikacji włączonych do cyklu. Jedna z prac ma charakter przeglądowy i stanowi syntetyczną analizę aktualnego stanu wiedzy dotyczącego wpływu diet opartych na produktach roślinnych na komponenty zespołu metabolicznego, natomiast dwie kolejne prezentują wyniki badań oryginalnych tj. badania przekrojowego oraz badania RCT. Fakt opublikowania prac w recenzowanych czasopismach naukowych świadczy o pozytywnej ocenie ich wartości metodologicznej i merytorycznej przez niezależnych recenzentów wydawniczych. Nie zwalnia mnie to jednak z obowiązku samodzielnej oceny, czy przedstawiony cykl publikacji spełnia wymagania określone w art. 187 ustawy Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce, w szczególności w zakresie prezentowania ogólnej wiedzy teoretycznej, umiejętności samodzielnej prowadzenia badań naukowych oraz oryginalności rozwiązania problemu naukowego.

Przedstawiona rozprawa została opracowana poprawnie pod względem edytorskim i spełnia wymogi formalne stawiane pracom doktorskim w formie cyklu publikacji. Praca liczy 122 strony i zawiera wszystkie niezbędne elementy strukturalne, w tym streszczenie w języku polskim i angielskim, wprowadzenie teoretyczne, szczegółowy opis projektu badawczego, wykaz publikacji stanowiących podstawę rozprawy, podsumowanie i wnioski, bibliografię oraz załączniki formalne, obejmujące opinię Komisji Bioetycznej oraz oświadczenia współautorów dotyczące indywidualnego wkładu w powstanie publikacji

Mgr Klaudia Wiśniewska wykazała się bardzo dobrą znajomością zagadnień teoretycznych związanych z epidemiologią otyłości, patofizjologią zespołu metabolicznego oraz mechanizmami regulacji apetytu. W części teoretycznej rozprawy Doktorantka w sposób uporządkowany i logiczny przedstawia

aktualny stan wiedzy dotyczący diet opartych na produktach roślinnych, ich zróżnicowania oraz potencjalnych mechanizmów oddziaływania na parametry metaboliczne i regulację łaknienia.

Szczególną wartość stanowi omówienie psychobiologicznych uwarunkowań zachowań żywieniowych, w tym koncepcji cech apetytu oraz ich znaczenia w regulacji bilansu energetycznego. Doktorantka prawidłowo definiuje i interpretuje konstrukty mierzone kwestionariuszem AEBQ, odnosząc je do teorii podatności behawioralnej oraz aktualnych badań empirycznych. Część teoretyczna stanowi spójną i konsekwentnie zbudowaną podstawę do zaplanowania dalszych etapów projektu badawczego. Widoczna jest logiczna sekwencja postępowania naukowego, od identyfikacji luk w literaturze dotyczących skuteczności różnych modeli diet roślinnych oraz ich potencjalnego wpływu na cechy apetytu, poprzez analizę zależności populacyjnych w badaniu przekrojowym, aż po weryfikację postawionych hipotez w badaniu RCT. Doktorantka w sposób szczegółowy i przejrzysty opisała metodologię przeprowadzonych badań, w tym kryteria włączenia i wyłączenia, procedurę randomizacji, zastosowane narzędzia badawcze oraz metody analizy statystycznej. Na szczególne podkreślenie zasługuje kompleksowe podejście do oceny efektów interwencji obejmujące jednocześnie parametry antropometryczne, komponenty zespołu metabolicznego, podaż energii i makroskładników, a także poziom aktywności fizycznej i jakość życia. Tak zaprojektowane badanie pozwala na wielowymiarową ocenę skuteczności diet roślinnych, wykraczając poza „prostą” analizę redukcji masy ciała.

Wyniki badania RCT wskazują, że diety oparte na produktach roślinnych mogą stanowić skuteczne narzędzie krótkoterminowej redukcji masy ciała i poprawy wybranych parametrów składu ciała u osób z nadwagą i otyłością. Jednocześnie brak istotnych zmian w zakresie cech apetytu oraz parametrów metabolicznych po 12 tygodniach interwencji został przez Doktorantkę właściwie zinterpretowany jako efekt wymagający dalszych badań, a nie jako jednoznaczny dowód braku działania diet roślinnych. Taka interpretacja świadczy o zachowaniu krytycyzmu naukowego i umiejętności ostrożnego formułowania wniosków. Doktorantka trafnie wskazuje, że skuteczność diet roślinnych zależy nie tylko od stopnia eliminacji produktów pochodzenia zwierzęcego, lecz również od kontekstu klinicznego, czasu trwania interwencji oraz indywidualnych uwarunkowań pacjentów. Wnioski zostały sformułowane adekwatnie do uzyskanych wyników i nie wykraczają poza zakres przeprowadzonych analiz. Uzyskane rezultaty mają istotne znaczenie praktyczne w obszarze dietoterapii otyłości, ponieważ dostarczają danych umożliwiających bardziej świadomy dobór modeli żywieniowych w zależności od celów terapeutycznych oraz indywidualnej charakterystyki pacjenta.

Przedstawiony cykl publikacji stanowi oryginalne rozwiązanie problemu naukowego w zakresie oceny wpływu diet opartych na produktach roślinnych na parametry metaboliczne oraz cechy apetytu u osób z nadwagą i otyłością. Oryginalność pracy polega nie tylko na analizie skuteczności interwencji żywieniowej, ale również na włączeniu do modelu badawczego psychobiologicznych uwarunkowań zachowań żywieniowych, w tym cech apetytu mierzonych standaryzowanymi narzędziami. Doktorantka zaprojektowała badanie w sposób umożliwiający wielowymiarową ocenę efektów interwencji łącząc analizę parametrów klinicznych, składu ciała, podaży energii, jakości diety oraz cech apetytu. Takie podejście pozwala na bardziej pogłębione zrozumienie mechanizmów, które mogą determinować skuteczność diet roślinnych w dietoterapii otyłości. Rozprawa wnosi istotny wkład do dyskusji nad

rzeczywistą efektywnością różnych modeli diet roślinnych, zwłaszcza w kontekście krótkoterminowych interwencji u osób z zaburzeniami metabolicznymi. Wnioski sformułowane w rozprawie są adekwatne do uzyskanych wyników i zostały oparte na rzetelnej analizie statystycznej. Mgr Klaudia Wiśniewska prawidłowo identyfikuje ograniczenia przeprowadzonych badań, w tym relatywnie krótki czas trwania interwencji oraz charakter populacji badanej, co świadczy o zachowaniu krytycyzmu naukowego i dojrzałości badawczej. Do najważniejszych ograniczeń należy, 12-tygodniowy okres interwencji, który nie pozwala na ocenę trwałości uzyskanych efektów metabolicznych w perspektywie długoterminowej, a także brak twardych końcowych punktów klinicznych. Charakter badania przekrojowego nie umożliwia wnioskowania przyczynowo-skutkowego, a zastosowane narzędzia samoopisowe niosą ryzyko błędu deklaracyjnego. Ograniczenia te zostały jednak przez Doktorantkę właściwie rozpoznane i nie podważają wartości poznawczej pracy, lecz wyznaczają kierunek dalszych badań interwencyjnych o dłuższym czasie trwania i większej liczebności prób.

Podsumowując, przedstawiona rozprawa doktorska mgr Klaudii Wiśniewskiej pt. „Wpływ diet opartych na produktach roślinnych na wybrane parametry metaboliczne i cechy apetytu u osób z otyłością i chorobami jej towarzyszącymi” spełnia wymagania określone w art. 187 ust. 1 i 2 ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz. U. z 2018 r. poz. 1668 ze zm). Rozprawa prezentuje ogólną wiedzę teoretyczną w dyscyplinie nauki o zdrowiu, potwierdza umiejętność samodzielnego prowadzenia pracy naukowej oraz stanowi oryginalne rozwiązanie problemu naukowego. W związku z powyższym wnioskuję o dopuszczenie mgr Klaudii Wiśniewskiej do dalszych etapów postępowania w sprawie nadania stopnia doktora nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauki o zdrowiu.

Jednocześnie, z uwagi na wysoki poziom metodologiczny przeprowadzonego randomizowanego badania kontrolowanego, jego rzetelną realizację oraz znaczący wkład w rozwój wiedzy w zakresie dietoterapii otyłości i psychobiologicznych uwarunkowań apetytu, wnioskuję o wyróżnienie rozprawy doktorskiej.

**dr hab. n. med. i n. o zdr. Michał Czapla, prof. UMW**