

Dr hab. Iwona Boniecka
Zakład Dietetyki Klinicznej
Wydział Nauk o Zdrowiu
Warszawski Uniwersytet Medyczny

RECENZJA ROZPRAWY DOKTORSKIEJ

Pana Łukasza Długońskiego pt. „Uwarunkowania środowiska rodzinnego i strategii żywieniowych matek w kształtowaniu neofobii oraz postaw i akceptacji żywności u dzieci w wieku szkolnym”

Przedłożona do oceny rozprawa doktorska Pana magistra Łukasza Długońskiego podejmuje aktualny i istotny z perspektywy zdrowia publicznego, praktyki dietetycznej oraz psychologii rozwojowej problem neofobii żywieniowej u dzieci.

Neofobia żywieniowa jest zjawiskiem polegającym na niechęci, a nawet lęku, przed próbowaniem nowych produktów spożywczych. Szczególnie często występuje u dzieci w wieku od 2 do 5 lat, czyli w okresie kluczowym dla kształtowania postaw, preferencji i nawyków żywieniowych, które mogą utrzymywać się przez całe życie. Zjawisko to stanowi istotny czynnik wpływający na różnorodność diety dziecka, a tym samym na jakość żywienia, ryzyko występowania niedoborów pokarmowych oraz w konsekwencji stan zdrowia. Należy podkreślić, że wielu rodziców nie rozpoznaje neofobii żywieniowej lub błędnie interpretuje związane z nią zachowania dziecka.

Postawy żywieniowe dzieci obejmują reakcje poznawcze, emocjonalne oraz behawioralne związane z jedzeniem. Szczególną rolę w tym procesie odgrywa środowisko rodzinne, gdyż dzieci uczą się poprzez obserwację i naśladowanie dorosłych. To właśnie rodzice, a zwłaszcza matki, mają znaczący wpływ na rozwój zachowań żywieniowych dziecka poprzez własne postawy, wybory żywieniowe oraz stosowane strategie wychowawcze.

Praktyki żywieniowe stosowane w domu oraz strategie wykorzystywane przez rodziców mogą sprzyjać akceptacji nowych produktów lub – przeciwnie – utrwalać zachowania neofobiczne. Na rozwój zachowań żywieniowych oddziałują również czynniki środowiskowe, takie jak miejsce zamieszkania czy typ placówki edukacyjnej, które mogą różnicować doświadczenia żywieniowe i wybory podejmowane przez dzieci. Z tego względu

szczególnie istotne jest wczesne wspieranie prawidłowych wzorców żywieniowych poprzez edukację rodziców oraz świadome działania wychowawcze.

Neofobia żywieniowa jest zatem złożonym i wieloczynnikowym zjawiskiem, którego konsekwencje mogą wykraczać poza okres dzieciństwa. Wczesne rozpoznanie problemu, stopniowe oswajanie dziecka z nowymi produktami oraz tworzenie wspierającego środowiska rodzinnego stanowią kluczowe elementy zapobiegania niekorzystnym skutkom zdrowotnym i kształtowania prawidłowego sposobu żywienia. Należy również zwrócić uwagę, że konsekwencje neofobii żywieniowej mogą być odczuwalne nie tylko w dzieciństwie, ale wręcz przez całe życie, gdyż utrwalony brak akceptacji określonych produktów spożywczych może utrudniać wdrażanie zaleceń żywieniowych stanowiących integralny element profilaktyki i leczenia wielu chorób przewlekłych, w tym chorób dietozależnych. W tym kontekście poszukiwanie środowiskowych determinant neofobii żywieniowej należy uznać za kierunek badań, który może przyczynić się do opracowania skutecznych strategii profilaktycznych i edukacyjnych. Tym samym podjęta przez Doktoranta problematyka badawcza jest w pełni uzasadniona, a jej znaczenie naukowe oraz potencjał praktycznego wykorzystania uzyskanych wyników nie budzą wątpliwości.

Osiągnięciem naukowym Pana magistra Łukasza Długońskiego, stanowiącym podstawę do ubiegania się przez niego o stopień naukowy doktora, jest cykl publikacji naukowych składających się z trzech spójnych, powiązanych ze sobą tematycznie, oryginalnych prac twórczych, ujętych pod wspólnym tytułem „Uwarunkowania środowiska rodzinnego i strategii żywieniowych matek w kształtowaniu neofobii oraz postaw i akceptacji żywności u dzieci w wieku szkolnym”. Artykuły te ukazały się w latach 2025-2026 w wysokopunktowanych czasopismach. Wartość bibliometryczna cyklu publikacji, wyrażona współczynnikiem IF wynosi 11,2 (30 pkt MNiSW). We wszystkich publikacjach Doktorant jest pierwszym autorem. Na przeprowadzenie wszystkich badań wchodzących w skład osiągnięcia naukowego uzyskano zgody komisji bioetycznych.

Układ podlegającej ocenie pracy doktorskiej jest prawidłowy i typowy. Zawiera wykaz prac wchodzących w skład rozprawy doktorskiej, osiągnięcia naukowe Doktoranta, wykaz stosowanych skrótów, streszczenie w języku polskim i angielskim, wprowadzenie, cel pracy, omówienie publikacji wchodzących w skład rozprawy doktorskiej, podsumowanie i wnioski, piśmiennictwo, publikacje wchodzące w skład rozprawy doktorskiej oraz oświadczenia współautorów prac dotyczące ich udziału w przygotowaniu publikacji.

We wprowadzeniu Autor charakteryzuje neofobię żywieniową, jak również postawy i strategie żywieniowe stosowane w kształtowaniu sposobu żywienia dzieci. W dalszej części jasno formułuje cel pracy, przedstawia metodologię, omawia wyniki badań własnych, kończąc pracę trafnymi i odpowiadającymi celowi wnioskami.

Celem pierwszej pracy wchodzącej w cykl publikacji była ocena poziomu neofobii żywieniowej u dzieci na podstawie opinii rodziców oraz analiza postaw dzieci wobec wybranych produktów spożywczych. Badanie przeprowadzono wśród uczniów szkoły podstawowej w województwie pomorskim z wykorzystaniem Skali Neofobii Żywieniowej Dzieci (Child Food Neophobia Scale, CFNS) oraz autorskiego graficznego (obrazkowego) kwestionariusza. Wysoki poziom neofobii stwierdzono u 42,11% badanych dzieci. Najwyższą akceptację uzyskały produkty powszechnie znane i często spożywane, natomiast najniższą jadalne owady i jadalne kwiaty. Autorzy podkreślili potrzebę edukacji żywieniowej dzieci i rodziców oraz dalszych badań nad rolą środowiska rodzinnego i rówieśniczego w kształtowaniu neofobii żywieniowej.

Druga publikacja dotyczyła społeczno-demograficznych uwarunkowań praktyk żywieniowych stosowanych przez matki dzieci w wieku szkolnym. Badaniem objęto 719 matek z województwa pomorskiego, wykorzystując skróconą wersję Kwestionariusza Kompleksowych Praktyk Żywieniowych (Comprehensive Feeding Practices Questionnaire, CFPQ). Najczęściej stosowanymi strategiami były zachęcanie do spożywania żywności oraz modelowanie zachowań żywieniowych. Wykazano, że praktyki żywieniowe różnią się w zależności od struktury rodziny, statusu zatrudnienia matek oraz liczby dzieci w rodzinie. Uzyskane wyniki wskazują na potrzebę dostosowania działań edukacyjnych do uwarunkowań społeczno-demograficznych rodzin.

Celem trzeciej publikacji była ocena zależności między poziomem neofobii żywieniowej dzieci a strategiami żywieniowymi stosowanymi przez matki. Badaniem objęto 1113 matek dzieci w wieku 7-15 lat, wykorzystując skalę CFNS oraz kwestionariusz CFPQ. Wysoki poziom neofobii stwierdzono u 42,58% dzieci. Wykazano, że wyższy poziom neofobii wiązał się częściej ze stosowaniem praktyk opartych na kontroli, ograniczaniu i regulacji emocji, natomiast niższy – związany był ze strategiami wspierającymi, takimi jak zachęcanie do spożywania żywności i modelowanie zachowań żywieniowych. Autorzy podkreślili, że działania interwencyjne powinny promować wspierające strategie żywieniowe w celu zwiększenia różnorodności diety dzieci.

Przedłożona do oceny rozprawa doktorska świadczy o dobrej znajomości literatury przedmiotu. Część teoretyczna została przygotowana rzetelnie i oparta na aktualnym stanie wiedzy naukowej. Dobrze byłoby w niej jednak nieco szerzej opisać rodzaje strategii żywieniowych stosowanych przez matki. Za istotną zaletę rozprawy należy także uznać zastosowanie standaryzowanych narzędzi badawczych, takich jak CFNS oraz CFPQ oraz uwzględnienie perspektywy zarówno rodziców, jak i dzieci. Interesującym elementem jest również wykorzystanie autorskiego narzędzia – graficznego (obrazkowego) kwestionariusza służącego ocenie postaw dzieci wobec wybranych produktów spożywczych. Chociaż nie przedstawiono informacji dotyczących procesu walidacji tego narzędzia, jego zastosowanie umożliwiło przeprowadzenie wieloaspektowej analizy badanego zjawiska i stanowi interesujący element metodologiczny pracy. Na podkreślenie zasługuje także duża liczebność badanych w pracach grup (N = 133; N = 719; N = 1113), zwiększająca wiarygodność uzyskanych wyników.

Pomimo wysokiej wartości naukowej pracy należy zwrócić uwagę na kilka kwestii wymagających doprecyzowania. W rozprawie miejscami pojawiają się sformułowania sugerujące istnienie wyraźnych zależności przyczynowo-skutkowych pomiędzy strategiami żywieniowymi a poziomem neofobii. Należy jednak zauważyć, że wszystkie badania wchodzące w skład cyklu mają charakter przekrojowy, co pozwala na identyfikację zależności statystycznych pomiędzy analizowanymi zmiennymi, jednakże ogranicza możliwość formułowania wniosków o charakterze przyczynowo-skutkowym. Pewne wątpliwości interpretacyjne budzą wyniki przedstawione w pierwszej publikacji, dotyczące weryfikacji pierwszej hipotezy badawczej. Stwierdzono: „W toku przeprowadzonych badań wykazano, że 42,11% dzieci (n = 56), na podstawie ocen matek, charakteryzowało się wysokim poziomem neofobii żywieniowej.....”, a dalej „Hipoteza 1, zakładająca, że dzieci w wieku szkolnym charakteryzują się wysokim poziomem neofobii żywieniowej ocenianym na podstawie skali CFNS w opinii matek, nie została potwierdzona”. Nie wskazano, jaki odsetek dzieci należałoby uznać za świadczący o wysokim poziomie neofobii żywieniowej, co utrudnia ocenę zasadności odrzucenia hipotezy, zwłaszcza że wysoki poziom neofobii stwierdzono u 42,1% badanych dzieci.

W pracy pojawiły się drobne błędy stylistyczne, np. „neofobie żywieniowe” zamiast „neofobia żywieniowa” i literowe, np. „Dzieci w wieku szkolnym charakteryzuje się wysokim poziomem neofobii...” zamiast „Dzieci w wieku szkolnym charakteryzują się wysokim poziomem neofobii...”, czy „W toku przeprowadzonych badaniach.....”, zamiast „W toku przeprowadzonych badań....”.

Niezależnie od powyższych uwag należy podkreślić, że rozprawa została przygotowana starannie, a Autor wykazał się umiejętnością planowania i prowadzenia badań naukowych, krytycznej analizy literatury oraz interpretacji uzyskanych wyników. Przedstawione publikacje stanowią wartościowy wkład w rozwój wiedzy dotyczącej uwarunkowań neofobii żywieniowej dzieci oraz znaczenia środowiska rodzinnego w kształtowaniu zachowań żywieniowych.

Podsumowując, stwierdzam, że rozprawa doktorska mgr Łukasza Długońskiego spełnia wymagania stawiane rozprawom doktorskim określone w obowiązujących przepisach prawa. Wnoszę zatem do Rady Nauk o Zdrowiu Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego o dopuszczenie Doktoranta do dalszych etapów przewodu doktorskiego oraz do publicznej obrony rozprawy.

Warszawa, dn. 08.06.2026

Joanna Boniecka