

Kraków, 31.08.2021 r.

Prof. dr hab. inż. Teresa Leszczyńska  
Katedra Żywienia Człowieka i Dietetyki  
Wydział Technologii Żywności  
Uniwersytet Rolniczy w Krakowie

### **Recenzja rozprawy doktorskiej**

mgr inż. Marty Plichty

pt. „Znaczenie wybranych cech indywidualnych w warunkowaniu zachowań żywieniowych osób z objawami ortoreksji psychicznej”

wykonanej w Katedrze Badań Rynku Żywności i Konsumpcji, Instytutu Nauk o Żywieniu Człowieka, Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie

Promotor rozprawy doktorskiej Pani prof. dr hab. inż. Marzena Jeżewska-Zychowicz

Podstawa formalno-prawna:

- Ustawa z dnia 14 marca 2003 r. o stopniach i tytułach naukowych oraz stopniach i tytułach naukowych w zakresie sztuki (Dz. U. Nr 65, poz. 595, art. 13.1 z późn. zm.) oraz Przepisy wprowadzające ustawę – Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce z dnia 3 lipca 2018 r. (Dz. U. z 2018 r. poz. 1669),
- pismo Dyrektora Instytutu Nauk o Żywieniu Człowieka SGGW w Warszawie, Pani prof. dr hab. Krystyny Gutkowskiej, z dnia 06.07.2021 r., o powołaniu przez Radę Dyscypliny 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, recenzowanych artykułów naukowych:

**Plichta M.**, Jeżewska-Zychowicz M., Gębski J. 2019. Orthorexic Tendency in Polish Students: Exploring Association with Dietary Patterns, Body Satisfaction and Weight. *Nutrients*, 11(1), 100, DOI: 10.3390/nu11010100,

**Plichta M.**, Jeżewska-Zychowicz M. 2019. Eating behaviors, attitudes toward health and eating, and symptoms of orthorexia nervosa among students. *Appetite*, 137, 114-123, DOI: 10.1016/j.appet.2019.02.022,

**Plichta M.**, Jeżewska-Zychowicz M. 2020. Orthorexic Tendency and Eating Disorders Symptoms in Polish Students: Examining Differences in Eating Behaviors. *Nutrients*, 12(1), 218, DOI: 10.3390/nu12010218,

Plichta M., Jeżewska-Zychowicz M., Małachowska M. 2020. Relationship between Psychosocial Impairment, Food Choice Motives, and Orthorexic Behaviors among Polish Adults. *Nutrients*, 12(5), 1218, DOI: 10.3390/nu12051218.

Wymienione powyżej prace zostały zamieszczone w czasopismach z listy Journal Citation Reports (JCR). O wysokiej randze tych czasopism świadczy zarówno ich międzynarodowy zasięg, jak również wartości współczynników Impact Factor (IF), wynoszące odpowiednio 4,546; 3,608; 4,546; 4,546, łącznie 17,246.

Periodyki te znajdują się na liście A właściwego wykazu czasopism naukowych MNiSW, a łączna liczba punktów wynosi 350.

We wszystkich wymienionych publikacjach mgr inż. Marta Plichta jest pierwszym autorem, z deklarowanym udziałem, wynoszącym odpowiednio 55, 60, 70 i 60%. Udział współautorów został potwierdzony stosownymi oświadczeniami. Wkład Doktorantki w przygotowanie oryginalnych prac twórczych polegał na pozyskiwaniu środków finansowych na realizację badań bądź publikację manuskryptu ze źródeł wymienionych poniżej, współtworzeniu koncepcji i planu badań, zbieraniu danych, analizie/częściowej analizie statystycznej i współinterpretacji uzyskanych wyników, współudziale w przygotowaniu manuskryptu do publikacji, krytycznej weryfikacji manuskryptu oraz na roli autora korespondencyjnego w każdej publikacji.

Doktorantka uzyskała środki finansowe na realizację niniejszych badań w ramach wewnętrznego trybu konkursowego dla uczestników studiów doktoranckich, nr 505-10-102500-Q00306-99 oraz Programu Narodowej Agencji Wymiany Akademickiej - projekt SGGW-IDEA Innowacja-Działanie-Efekty-Aplikacja, nr PPI/PZA/2019/1/00135/U00001.

Dysertacja przedstawiona do recenzji, oprócz kopii opublikowanych prac poprzedzonych stosownymi oświadczeniami o procentowym w nich udziale autorów, zawiera także opracowanie liczące 58 stron maszynopisu, stanowiące przejrzysty i spójny opis załączonych publikacji. Obejmuje on streszczenie w języku polskim i angielskim, wstęp, uzasadnienie wyboru problemu badawczego, cel i zakres pracy, hipotezy badawcze, materiał i metodykę badań, omówienie i dyskusje wyników, podsumowanie i wnioski, spis piśmiennictwa (107 pozycji) oraz aneks zawierający dwa kwestionariusze, stanowiące narzędzia badawcze.

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

Ortoreksja psychiczna, stanowiąca tematykę niniejszej dysertacji, jest zjawiskiem do końca nierozpracowanym, bowiem jej przyczyny i towarzyszące zachowania, jak również brak kryteriów klasyfikacyjnych, diagnostycznych i skutecznych narzędzi badawczych, a w konsekwencji brak oficjalnie

przyjętej definicji, uzasadniają potrzebę ciągłego prowadzenia w tym kierunku badań. Na podstawie przeglądu dotychczasowej literatury (pierwsze badania na ten temat datowane są na 2004 r. ) nie można bowiem jednoznacznie stwierdzić czy ortoreksja psychiczna jest nowym zaburzeniem odżywiania, zaburzeniem psychicznym, jednym z wariantów istniejących i dobrze opisanych zaburzeń odżywiania, takich jak anoreksja i bulimia psychiczna, współistniejących z nimi czy też następujących po nich. Wiadomo natomiast, że anorektycy i bulimicy ściśle kontrolują ilość spożywanej żywności (najogólniej mówiąc), natomiast ortorektycy sprawdzają jej jakość, w celu zachowania zdrowia i dobrego samopoczucia. Takie zachowanie może skutkować eliminowaniem z diety niektórych grup produktów spożywczych, niedożywieniem i utratą masy ciała. Ortorektycy ponadto, w przeciwieństwie do anorektyków i bulimików, najczęściej nie mają potrzeby kontroli masy ciała, chociaż związek między dążeniem do uzyskiwania szczupłej sylwetki a zachowaniami charakterystycznymi dla ortoreksji psychicznej też wykazywano.

W badaniach, będących przedmiotem niniejszej dysertacji, po raz pierwszy do oceny sposobu żywienia osób z objawami ortoreksji psychicznej zastosowano wzory zachowań żywieniowych. Oceniono związek między określonymi wzorami zachowań żywieniowych osób badanych a ich postawami wobec zdrowia i żywienia, a także percepcją własnej sylwetki. Różnice i podobieństwa w odniesieniu do zachowań żywieniowych, zwyczajów żywieniowych oraz do stosowania specjalnych diet przez osoby z ortoreksją psychiczną i zaburzeniami odżywiania stwierdzano, po uprzednim podziale na uzasadnione cztery odrębne podgrupy, w zależności od występowania objawów bądź ich braku.

Podjęcie zatem i opracowanie przez Doktorantkę ważnego, dotychczas nieprzebadanego w pełni tematu, dotyczącego znaczenia wybranych wyróżników w warunkowaniu zachowań żywieniowych osób z objawami ortoreksji psychicznej, umożliwia uzyskanie nowych danych bądź potwierdzenie/wykluczenie już istniejących poglądów na przedmiotowy temat.

Celem przeprowadzonych w ramach pracy doktorskiej badań było zweryfikowanie siedmiu następujących hipotez badawczych, cyt. „1. Cechy socjodemograficzne, takie jak płeć, wiek oraz wykształcenie wykazują związek z występowaniem objawów ortoreksji psychicznej, 2. Kierunek kształcenia wykazuje związek z występowaniem objawów ortoreksji psychicznej, 3. Osoby z objawami ortoreksji psychicznej charakteryzują się nadmierną troską o własne zdrowie i odżywianie, 4. Osoby z objawami ortoreksji psychicznej nie wykazują zaburzonej percepcji własnej sylwetki, 5. Większe nasilenie objawów ortoreksji psychicznej wykazuje związek z większym znaczeniem motywu „zdrowie” niż motywu „kontrola masy ciała” podczas wyboru żywności, 6. Występowanie objawów ortoreksji psychicznej łączy się z mniejszą częstością spożywania produktów spożywczych niekorzystnie wpływających na zdrowie, bardziej prawidłowymi zwyczajami żywieniowymi oraz stosowaniem

specjalnych diet, 7. Większe nasilenie objawów ortoreksji psychicznej wykazuje związek z większym nasileniem ograniczeń psychospołecznych, wtórnych wobec zaburzeń odżywiania”.

Wymienione hipotezy weryfikowano poprzez odpowiednio dobrane metody badawcze, bardzo starannie zaplanowane i konsekwentnie realizowane badania, obejmujące kilka wymienionych w dysertacji etapów oraz wyczerpującą interpretację wyników.

Przeprowadzono bowiem dwa badania, pierwsze metodą autorskiej ankiety audytoryjnej, a drugie, również ankietowe, lecz ze wspomaganie komputerowym CAWI (*Computer Assisted Web Interview*).

Badanie pierwsze, opisane w publikacjach 1,2,3, dotyczyło zachowań żywieniowych a postaw względem zdrowia i odżywiania oraz percepcji własnej sylwetki. Przeprowadzone zostało w 2017 r. wśród 1120 studentów (po zastosowaniu odpowiednich kryteriów włączania do badania), w wieku 18-35 lat. Do przygotowania stosowanego w tych badaniach kwestionariusza wykorzystano zwalidowane, następujące narzędzia badawcze: kwestionariusz ORTO-15, test przesiewowy ESP (*Eating disorder Screen for Primary care*), Skalę Zadowolenia z Poszczególnych Części i Parametrów Ciała, Skalę Troski o Zdrowie HTS (*Health Concern Scale*) oraz kwestionariusz częstotliwości spożycia żywności FFQ-6 (*Food Frequency Questionnaire with 6 answers*).

Wyniki badania drugiego, oceniającego ograniczenia psychospołeczne i motywy wyboru żywności a objawy ortoreksji psychicznej wśród 1007 osób (również po zastosowaniu kryteriów włączania), w wieku 18-65 lat, zawarto w publikacji 4. Badanie to zrealizowano w 2019 r. wymienioną wcześniej metodą CAWI, przez agencję badawczą ARC Rynek i Opinia. Kwestionariusz przygotowano z wykorzystaniem również zwalidowanych narzędzi badawczych, czyli kwestionariuszy ORTO-15, ORTO-7 i CIA (*Clinical Impairment Assessment*) oraz Skali Czynn timerów Wpływających na Wybór Żywności FCQ (*Food Choice Questionnaire*).

Użycie dwóch wersji kwestionariusza ORTO, tj. ORTO-15 i ORTO-7, do oceny nasilenia ortoreksji psychicznej oraz ich związku z motywami wyboru żywności i ograniczeniami psychospołecznymi pozwoliło na porównanie wyników i ocenę ewentualnej, większej przydatności jednego z nich do tego typu badań. Dodatkowo, jak deklaruje Doktorantka, w badaniach tych po raz pierwszy użyto kwestionariusza ORTO-7.

Uzyskane w obu badaniach wyniki opracowano w oparciu o starannie dobrane metody analizy statystycznej.

Wykonane w bardzo szerokim zakresie badania i uzyskane na ich podstawie wyniki pozwoliły na zweryfikowanie wszystkich wymienionych powyżej hipotez badawczych. Sformułowane zostały też bardzo istotne wnioski. Wyłoniono bowiem wyróżniki, charakterystyczne jedynie dla zaburzeń odżywiania, a nie dla ortoreksji psychicznej, tj. płeć, niezadowolenie z własnego ciała i wskaźnika masy ciała, potwierdzające zatem występowanie różnic w odniesieniu do tych dwóch jednostek, a

równocześnie przydatne przy tworzeniu kryteriów diagnostycznych ortoreksji psychicznej. Wskazano też wyróżniki wspólne, czyli kontrolę masy ciała, ograniczenia psychospołeczne i młodszy wiek, potwierdzając tym samym trudności w diagnozowaniu i różnicowaniu ortoreksji psychicznej i zaburzeń odżywiania. Równocześnie częstsze występowanie ortoreksji psychicznej stwierdzono wśród studentów kierunków dotyczących ochrony zdrowia i żywienia człowieka, w porównaniu do pozostałych ocenianych studentów. Tym samym Doktorantka proponuje włączenie przedmiotowej problematyki do programu kształcenia na tych kierunkach. Ponadto na podstawie analizy wyników Doktorantka stwierdza, że istnieje potrzeba określenia kryteriów pozwalających na rozróżnienie pozytywnego i negatywnego (obsesyjnego) zainteresowania zdrowiem, kontynuowania badań nad objawami ortoreksji psychicznej przy użyciu innych narzędzi niż Skala Troski o Zdrowie (do oceny postaw wobec zdrowia), a także badań skutkujących opracowaniem kryteriów diagnostycznych i przygotowaniem narzędzia badawczego o odpowiednich właściwościach psychometrycznych, zastępującego kwestionariusze ORTO-7 i ORTO-15, w podobny sposób identyfikujące objawy ortoreksji psychicznej, zatem obarczone tymi samymi błędami.

W tym miejscu nasuwa się pytanie, czy Doktorantka ma dane dotyczące udziału w niniejszych badaniach kobiet ciężarnych, dotkniętych pregoreksją, oraz o pogląd na temat tego zaburzenia odżywiania w odniesieniu do dotychczasowych badań.

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

Niniejsza dysertacja dotyczy bardzo ważnej, dotychczas nierozpracowanej problematyki, jaką jest ortoreksja psychiczna. W pracy tej, jak już wcześniej wspomniano, oceniono związek między określonymi po raz pierwszy wzorami zachowań żywieniowych a postawami badanych osób wobec zdrowia i odżywiania, a także postrzegania własnej sylwetki w kontekście występowania objawów anoreksji psychicznej. Wyznaczono wyróżniki wspólne i odrębne dla tych dwóch jednostek, tym samym podkreślono trudności w ich diagnozowaniu i różnicowaniu. Ponadto Doktorantka, bazując na uzyskanych wynikach, wskazuje na konieczność prowadzenia kolejnych badań, skutkujących opracowaniem nowych narzędzi badawczych oraz kryteriów diagnostycznych ortoreksji psychicznej.

W ramach niniejszej pracy przeprowadzono bardzo obszerne badania przy pomocy właściwie dobranych metod, a prawidłowa interpretacja wyników pozwoliła na zweryfikowanie hipotez badawczych oraz sformułowanie ważnych wniosków, stanowiących uzupełnienie brakujących lub kontrowersyjnych danych zamieszczonych w literaturze międzynarodowej. Uzyskanie wartościowych wyników, przy odpowiednio dużym udziale Doktorantki, docenionych przez recenzentów poszczególnych publikacji i zamieszczonych w renomowanych czasopismach, może świadczyć o bardzo dobrym Jej przygotowaniu do prowadzenia badań naukowych.

Przedstawiona do recenzji praca doktorska mgr inż. Marty Plichty wnosi zatem nowe, ważne elementy do wiedzy, zarówno z zakresu dyscypliny technologia żywności i żywienia jak i nauk o zdrowiu. Problem badawczy rozpracowany w niniejszej pracy doktorskiej ma duże znaczenie, zarówno w wymiarze poznawczym jak i aplikacyjnym, co podkreślono również we wnioskach.

#### Wniosek końcowy

Przedstawiona do oceny rozprawa doktorska mgr inż. Marty Plichty pt. „Znaczenie wybranych cech indywidualnych w warunkowaniu zachowań żywieniowych osób z objawami ortoreksji psychicznej”, zrealizowana pod kierunkiem Pani prof. dr hab. inż. Marzeny Jeżewskiej-Zychowicz, w pełni odpowiada wymogom stawianym rozprawom doktorskim, w myśl Ustawy z dnia 14 marca 2003 r. o stopniach i tytule naukowym oraz stopniach i tytule naukowym w zakresie sztuki (Dz. U. Nr 65, poz. 595, art. 13.1 z późn. zm.). Doktorantka wykazała się bardzo dobrą znajomością tematu, popartą przedstawionym przeglądem literatury, opanowaniem szerokiego warsztatu badawczego oraz umiejętnością opisywania i interpretacji i wyników. Zweryfikowała wszystkie postawione hipotezy badawcze, wnosząc do nauki w obszarze dyscypliny technologia żywności i żywienia nowe dane. W związku z powyższym zwracam się do Rady Dyscypliny Technologia Żywności i Żywienia Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie o dopuszczenie Pani mgr inż. Marty Plichty do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

Biorąc jednocześnie pod uwagę wysoką wartość merytoryczną publikacji stanowiących cykl monotematyczny i rangę czasopism, w których zostały zamieszczone (sumaryczny IF= 17,246), składam wniosek do o wyróżnienie rozprawy doktorskiej mgr inż. Marty Plichty pt. „Znaczenie wybranych cech indywidualnych w warunkowaniu zachowań żywieniowych osób z objawami ortoreksji psychicznej”.

TERESA (Kuciel)