

Łódź, dnia 28 kwietnia 2014 r

Prof. dr hab. n. med. Jerzy Loba

Klinika Chorób Wewnętrznych i Diabetologii
Katedra Pielęgniarstwa Klinicznego
Wydział Nauk o Zdrowiu
Uniwersytet Medyczny w Łodzi

O C E N A

***dorobku naukowego, dydaktycznego i zawodowego
dr n. med. Magdaleny Kwaśniewskiej adiunkta w Zakładzie Medycyny
Zapobiegawczej, Katedry Medycyny Społecznej i Zapobiegawczej
Wydziału Nauk o Zdrowiu, Uniwersytetu Medycznego Łodzi***

Dane osobowe oraz przebieg pracy zawodowej

Dr n.med. Magdalena Kwaśniewska ukończyła studia na Wydziale Lekarskim Akademii Medycznej w Łodzi w roku 1996 otrzymując ocenę bardzo dobrą.

Po odbyciu stażu podyplomowego w klinikach uniwersyteckich została przyjęta na stanowisko asystenta w Zakładzie Medycyny Zapobiegawczej Akademii Medycznej w Łodzi, gdzie pracuje do chwili obecnej, ostatnio na stanowisku adiunkta. W trakcie pracy wielokrotnie przebywała na wyjazdach i stażach zagranicznych w ośrodkach medycznych zajmujących się problematyką ochrony zdrowia. Pracując naukowo Habilitantka pogłębiała swoje kwalifikacje zawodowe uzyskując kolejno pierwszy i drugi stopień specjalizacji z zakresu chorób wewnętrznych. Obecnie jest w trakcie specjalizacji z medycyny sportowej.

W 2002 roku dr Magdalena Kwaśniewska obroniła pracę doktorską pt: „*Ocena subiektywnego stanu zdrowia i wybranych parametrów jakości życia u osób zdrowych oraz obciążonych czynnikami ryzyka chorób przewlekłych*” – promotor prof. dr hab. n. med. Wojciech Drygas.

Od 1998 roku Habilitantka aktywnie uczestniczyła w organizacji i realizacji wielu programów i projektów naukowych wynikających ze współpracy m. in. z Biurem Europejskim Światowej Organizacji Zdrowia, Ministerstwem Zdrowia, Instytutem Kardiologii w Warszawie, Wydziałem Zdrowia Publicznego Urzędu Miasta Łodzi, a także ośrodkami naukowymi w Helsinkach i w Lyonie. Kilkakrotnie była współorganizatorem i realizatorem polskiej edycji międzynarodowej kampanii antynikotynowej WHO „*Rzuć palenie i wygraj*”. Organizowała też międzynarodowe seminaria programu CINDI WHO (*Countrywide Integrated Non-communicable Diseases Intervention*) oraz Ogólnopolską Kampanię Aktywności Fizycznej – *Postaw Serce na Nogi*.

W kolejnych latach Habilitantka uczestniczyła w realizacji inicjatyw Narodowego Programu Profilaktyki i Leczenia Chorób Układu Sercowo-naczyniowego „POLKARD” i „POLKARD MEDIA” Ministerstwa Zdrowia. W latach 2007-2009 była jednym z wykonawców grantu „*Healthy Stadi*” – innowacyjnego projektu finansowanego ze środków Unii Europejskiej ukierunkowanego na wykorzystanie obiektów sportowych jako miejsc przyjaznych promocji zdrowia i ochronie środowiska naturalnego.

Dr n.med. Magdalena Kwaśniewska od wielu lat współpracuje również z Poradnią Zdrowego Człowieka, z Poradnią Prewencji Chorób Układu Krążenia i Metabolicznych oraz z Zakładem Medycyny Sportowej. W miejscach tych Habilitantka pracuje twórczo rozwijając i pogłębiając swoje zainteresowania naukowe związane z oceną wpływu stylu życia, a w szczególności oceną wpływu aktywności fizycznej na zdrowie człowieka. Wymienione jednostki organizacyjne należą do nielicznych w Europie placówek specjalizujących się w wieloletniej prospektywnej obserwacji regularnego wysiłku fizycznego u osób w wieku średnim i starszych. Jednostki te wchodzi w skład Katedry Medycyny Społecznej Uniwersytetu Medycznego w Łodzi stanowiącej jednocześnie ośrodek referencyjny WHO (Collaborating Centre for Noncommunicable Diseases).

Ocena osiągnięcia naukowego pod tytułem *„Rola aktywności fizycznej w modyfikowaniu ryzyka zaburzeń metabolicznych u osób dorosłych”*

Przez cały okres swojej pracy naukowej dr n. med. Magdalena Kwaśniewska zajmowała się zagadnieniami dotyczącymi profilaktyki przewlekłych chorób niezakaźnych. Pracując w interdyscyplinarnym zespole Katedry z udziałem lekarzy, socjologów, psychologów, epidemiologów, statystyków i fizjoterapeutów mogła twórczo rozwijać i pogłębiać swoje zainteresowania z zakresu zdrowia publicznego i prewencji przewlekłych chorób niezakaźnych. Ze swojego dorobku naukowego Habilitantka wyodrębniła cykl prac stanowiących spójną całość opisującą wpływ aktywności fizycznej na wielkość ryzyka pojawienia się zaburzeń metabolicznych w konsekwencji prowadzących do powikłań w układzie sercowo-naczyniowym. Zagadnienie to jest niezwykle ważne z wielu względów zarówno medycznych jak i społecznych i ekonomicznych. Nie można przecenić znaczenia idei zdrowego starzenia się w nowoczesnym społeczeństwie.

W poszczególnych swoich publikacjach Habilitantka rozwiązała następujące ważne problemy:

Praca nr 1. Wyniki opublikowano w czasopiśmie *Preventive Medicine* w 2010 roku.

Habilitantka przeprowadziła szczegółową analizę zależności pomiędzy aktywnością komunikacyjną a rozpowszechnieniem zaburzeń metabolicznych. Grupa badana obejmowała 6401 osób w wieku 20-74 lat. Uzyskane wyniki ujawniły mniejsze rozpowszechnienie niektórych zaburzeń metabolicznych u osób aktywnie

przemieszczających się do miejsca pracy a najsilniejsze zależności obserwowano wśród mężczyzn. Autorka wykazała, że w porównaniu do grupy nieaktywnej osoby które przemieszczały się pieszo lub rowerem do pracy co najmniej 30 minut dziennie charakteryzowały się znamienne mniejszym rozpowszechnieniem zespołu metabolicznego. Praca w sposób bezdyskusyjny dokumentuje wpływ wysiłku fizycznego na zdrowie i niesie bardzo ważne przesłanie praktyczne do powszechnego stosowania.

Praca nr 2. Wyniki opublikowano w *Menopause* w 2012 roku

W pracy tej Kandydatka wykazała zdecydowany wzrost występowania zespołu metabolicznego w grupie kobiet w okresie menopauzy w porównaniu przed tym okresem (wzrost 3,3). Przebadanych zostało prawie 8 tysięcy kobiet w wieku 20 – 74 lat. Ciekawe obserwacje dotyczą stwierdzenia faktu, że w grupie kobiet, które zaprzestały palenia tytoniu odnotowano istotnie większą częstość występowania podwyższonego ciśnienia tętniczego krwi, nieprawidłowej glikemii na czczo i zespołu metabolicznego w porównaniu do pozostałych grup. Okazało się jednak, że kobiety o najwyższym poziomie aktywności fizycznej mają istotnie mniejsze prawdopodobieństwo wystąpienia zespołu metabolicznego bez względu na pozostałe czynniki.

Praca nr 3. Wyniki opublikowano w *Polskim Przeglądzie Kardiologicznym* w 2010 roku.

Praca nr 4. Wyniki opublikowano w *Central European Journal of Public Health* w 2009 roku

Badania przeprowadzono w grupie 1187 osób zamieszkujących województwo łódzkie i lubelskie. Zbadano zależności pomiędzy wybranymi zachowaniami prozdrowotnymi a zaburzeniami metabolicznymi wykorzystując tzw. wskaźnik stylu życia (*lifestyle index*). Uzyskane wyniki wykazały niepokojąco mały odsetek osób prowadzących prozdrowotny styl życia – zaledwie 3,01% badanych prowadziło w pełni zdrowy styl życia (2,1% mężczyzn i 3,9% kobiet). W mojej opinii bardzo ciekawą obserwacją w tej pracy jest wykazanie faktu, że znamienne częściej otyłość centralna występuje w grupie kobiet niepalących w porównaniu do aktualnie palących ($p < 0,001$). Bardzo ważną obserwacją jest również wykazanie przez Habilitankę, że bardzo niski wskaźnik zachowań prozdrowotnych wiąże się z ponad 8-krotnym zwiększeniem prawdopodobieństwa nieprawidłowej glikemii na czczo bez względu na płeć. Kandydatka wykazała również, że gdyby w badanej populacji wpłynąć jedynie na uzyskanie prawidłowej masy ciała lub znacząco zwiększyć aktywność fizyczną to można by uzyskać dodatkowo nawet o 24,4% osób z maksymalnym wskaźnikiem zachowań prozdrowotnych. Treści zawarte w tej publikacji dowodzą, że działania interwencyjne skoncentrowane na redukcji masy ciała i zwiększenie poziomu aktywności fizycznej mają szczególnie duży potencjał prewencji kardiometabolicznej. Wartość tych odkryć jest tym większa, że zostały uzyskane w oparciu o randomizowane ogólnokrajowe badanie populacyjne. Szczególnym atutem tej pracy

jest właśnie jego zasięg, reprezentatywność, jak również szeroki przedział wieku osób poddanych obserwacji. Dokonana została ocena istotnych właściwie dobranych zmiennych takich jak okres menopauzy, nawyki żywieniowe i palenie tytoniu. co z punktu widzenia oceny przyczyn zaburzeń metabolicznych ma kluczowe znaczenie. . W podsumowaniu można stwierdzić, że wspomniane powyżej wyniki badań wyraziście dokumentują rolę wysiłku fizycznego w utrzymaniu pełni zdrowia, same ograniczenia dietetyczne są z całą pewnością niewystarczające.

Praca nr 5. Wyniki opublikowano w Przeglądzie Lekarskim w 2005 roku.

W pracy opublikowano wyniki wieloletniej obserwacji poświęconej ocenie wpływu wysiłku fizycznego na zmiany dotyczące profilu metabolicznego wśród 305 dorosłych mężczyzn. Utworzono 3 grupy badane o małym, średnim i dużym wydatku energetycznym. Wykazano, że regularny znaczny wysiłek fizyczny zmniejsza prawdopodobieństwo przyrostu masy ciała i wystąpienia zaburzeń metabolicznych pod postacią dyslipidemii, Korzystne działanie dotyczyło przede wszystkim osób wykonujących znaczny wysiłek fizyczny natomiast wykonywanie małego wysiłku nie przynosiło znaczących korzyści. Praca ta posiada wielkie znaczenie praktyczne prowadząc do wniosku, że nieodpowiednio dobrany wysiłek fizyczny lub wykonywany nierzetelnie może nawet przynieść więcej szkody niż pożytku.

Praca nr 6. Wyniki opublikowano w Central European Journal of Medicine w 2011r.

Kandydatka przeprowadziła analizę danych uzyskanych w wyniku przeprowadzenia jednej z najdłużej trwających – jak wynika z danych z piśmiennictwa - obserwacji prospektywnych. Badanie te polegały na śledzeniu wpływu zmian masy ciała oraz stopnia aktywności fizycznej na występowanie zespołu metabolicznego. Okazało się, że nawet stosunkowo niewielki przyrost masy ciała niezależnie od wyjściowego BMI istotnie statystycznie korelował z pogorszeniem większości analizowanych elementów wchodzących w skład zespołu metabolicznego w porównaniu do grupy o stabilnej masie ciała. W badaniu nie odnotowano ani jednego przypadku wystąpienia zespołu metabolicznego w grupie szczupłych mężczyzn, którzy w trakcie obserwacji zredukowali masę ciała. Bardzo cennym odkryciem jest wykazanie przez Habilitantkę, że stały wysoki poziom aktywności fizycznej wiąże się z ze znamienne mniejszym ryzykiem rozwoju większości zaburzeń metabolicznych również wśród mężczyzn z wyjściowo podwyższonym BMI.

Praca nr 7. Wyniki opublikowano w PLOS ONE doi. 10.1371/journal.pone.0085209.

Wyniki tej pracy zostały ostatnio opublikowane w internecie zawierają podsumowanie trwającej 25 lat obserwacji prospektywnej wpływu regularnego wysiłku fizycznego na zdrowie człowieka. W tej publikacji Habilitantka zwróciła szczególną uwagę na ocenę subklinicznej miażdżycy. Ostatecznie do badań zakwalifikowano 101 bezobjawowych nieleczonych mężczyzn w wieku 50-77 lat. Poza analizą tradycyjnych czynników ryzyka sercowo-naczyniowego Habilitantka przeprowadziła również badania oceniające poziom uwapnienia naczyń wieńcowych (CAC) za pomocą 64-

rzędowej tomografii komputerowej, badała grubość kompleksu intima-media (IMT) za pomocą ultrasonografii tętnic dogłównych oraz wskaźnik reaktywnego przekrwienia (RHI) za pomocą badania tonometrycznego naczyń obwodowych (Endo-PAT2000). Uzyskane w tej pracy wyniki obserwacji wskazują, że systematyczny wysoki poziom wysiłku fizycznego może zapobiegać niekorzystnym zmianom w zakresie ryzyka sercowo-naczyniowego w następstwie starzenia się organizmu. Bardzo interesujący wydaje się wynik obserwacji uzyskany w trakcie niniejszej pracy a mianowicie stwierdzenie faktu, że aktywność fizyczna związana z wydatkiem energetycznym przekraczającym 3840 kcal/tydz nie przynosi dodatkowych korzyści w zakresie analizowanych zmiennych. Wynik ten niesie ze sobą bardzo istotny aspekt o znaczeniu praktycznym a mianowicie stwierdzenie, że nadmierny wysiłek fizyczny jest szkodliwy.

Pozostałe osiągnięcia naukowo-badawcze

Od początku pracy akademickiej zainteresowania naukowe Habilitantki koncentrowały się wokół zagadnień związanych z promocją zdrowia i profilaktyką przewlekłych chorób niezakaźnych. Kandydatka uczestniczyła w wielu lokalnych, ogólnopolskich oraz międzynarodowych projektach badawczych z zakresu zapobiegania chorobom układu krążenia, nowotworów złośliwych oraz zaburzeń metabolicznych. W wyniku tych aktywności powstało wiele publikacji, które składają się na znaczący dorobek naukowy.

Dorobek naukowy dr n.med. Magdaleny Kwaśniewskiej obejmuje publikacje z lat 1998-2013 – w sumie 67 pozycji pełnotekstowych, w tym 37 prac oryginalnych, 17 prac poglądowych, 7 rozdziałów w podręcznikach, 38 doniesień zjazdowych na zjazdach krajowych i zagranicznych oraz 4 raporty na zlecenie Biura Europejskiego Światowej Organizacji Zdrowia, Wydziału Zdrowia Publicznego Urzędu Miasta Łodzi oraz Instytutu Psychiatrii i Neurologii w Warszawie.

Wg analizy bibliometrycznej przeprowadzonej przez Uniwersytet Medyczny w Łodzi uwzględniającej punktację z roku publikacji dane te przedstawiają się następująco:

Całkowita punktacja uzyskana przez Habilitankę wg list z roku publikacji wyniosła:

- za publikacje naukowe w czasopismach (bez suplementów):
wg MNiSW 394 pkt oraz **wg IF 20,68 pkt**
- w tym jako pierwszy autor **wg MNiSW 221 pkt** w pracach oryginalnych i kazuistycznych oraz **IF 14,701 pkt**

Suma punktów MNiSW publikacji włączonych do przedstawionego osiągnięcia naukowego wynosi **wg MNiSW 144 pkt** oraz **wg IF 11,099 pkt**

Pozostały dorobek naukowy po odliczeniu punktacji za pozycje włączone do przedstawianego osiągnięcia naukowego wynosi:

- prace oryginalne: **wg MNiSW – 211 pkt oraz wg IF-8,524**
- Prace poglądowe: **wg MNiSW – 39 pkt oraz wg F – 1,057**

Habilitantka opublikowała również 5 rozdziałów w publikacjach książkowych oraz jest współautorem 4 raportów.

Wg ISI Web of Science łącznie wykazano **39 cytowań** a **Indeks Hirscha** wynosi **4**

Wg Scopus liczba **cytowani 156** a **Indeks Hirscha 6**

Przebieg pracy dydaktycznej i organizacyjnej

Od początku zatrudnienia w Uniwersytecie Medycznym w Łodzi w ramach wykonywanych obowiązków akademickich dr n.med. Magdalena Kwaśniewska prowadzi działalność dydaktyczną. Habilitantka opracowuje materiały dydaktyczne i przygotowuje wykłady dla studentów. Regularnie prowadzi zajęcia w formie ćwiczeń i seminariów dla Wydziału Lekarskiego, oraz Wydziału Nauk o Zdrowiu. W ramach obowiązków nauczyciela akademickiego Kandydatka pełniła funkcję opiekuna studentów pierwszego roku studiów na Wydziale Nauk o Zdrowiu, była promotorem 14 prac magisterskich i 10 prac licencjackich. W ramach kształcenia podyplomowego prowadzi zajęcia z przedmiotu „Geriatrya” dla lekarzy w trakcie specjalizacji z zakresu chorób wewnętrznych. Prowadzi również szkolenia z przedmiotu „Zdrowie Publiczne” w ramach kursów do specjalizacji dla lekarzy i pielęgniarek organizowanych przez Wojewódzkie Centrum Zdrowia Publicznego w Łodzi.

Podsumowanie i wniosek końcowy

W podsumowaniu mojej oceny pragnę stwierdzić, że dr n. med. Magdalena Kwaśniewska jest autorką wielu bardzo wartościowych publikacji naukowych wnoszących istotny wkład w rozwój reprezentowanej przez nią dyscypliny naukowej.

Cykl prac stanowiących wymagane prawem osiągnięcie naukowe stanowi spójną całość i kończy się wnioskami o istotnym znaczeniu przyczyniając się do dalszego rozwoju naszej wiedzy dotyczącej profilaktyki chorób cywilizacyjnych..

W oparciu o wszystkie wyżej wymienione fakty przedstawiam Wysokiej Radzie Wydziału Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego w Łodzi wniosek o dopuszczenie dr n. med. Magdalenę Kwaśniewską do dalszych etapów przewodu habilitacyjnego.

