

Servicio de Medicina Interna. Hospital La Serranía. Ronda.

**ESTUDIO DE INTERVENCIÓN EDUCACIONAL EN OBESIDAD EN UNA
CONSULTA DE HTA: SEGUIMIENTO A DOS AÑOS.**

AUTORES: María Alicia Prudencio Muñoz, María Ángeles González Benítez, Guadalupe Jarava Rol, Victoriano Castellanos Guerrero, Belén Escolano Fernández, Alberto Ruiz Cantero.

Unidad de HTA. Servicio de Medicina Interna
Hospital de La Serranía. Ronda. Málaga.

OBJETIVO: Medir la influencia en el peso de los pacientes de una intervención sistemática sobre obesidad en la Unidad de HTA de un hospital comarcal.

MATERIAL Y MÉTODOS: Fueron incluidos todos los pacientes con índice de masa corporal (IMC) > 30 remitidos a la Unidad de HTA desde enero hasta noviembre de 2006. Se excluyeron los pacientes con pérdida de seguimiento antes de dos años desde el inicio de la intervención. A todos los pacientes incluidos se les realizó una intervención educativa a lo largo de un año que consistía en : sesión grupal de información sobre los alimentos (sesión de hora y media a grupos de 7 pacientes), test de motivación (SEEN), dieta individualizada por raciones (proporcionándose a los pacientes un vaso de medida) y refuerzo de información una vez al mes, con medida de peso (kg), perímetro de cintura (cms) e índice de masa corporal $(\text{kg}/(\text{talla})^2)$. Se realizó un estudio antes-después comparándose índice de masa corporal (IMC) y perímetro de cintura (PC) al inicio de la intervención, al año (momento de finalización de la intervención) y a los dos años (1 año después de finalizar la intervención)

RESULTADOS: Fueron incluidos un total de 61 pacientes (32 hombres, 29 mujeres), con una edad media de 59.84 ± 14.59 años, de los cuales 21 (34.4%) eran diabéticos y 22 (36.1%)

Servicio de Medicina Interna. Hospital La Serranía. Ronda.

presentaban dislipemia. Consiguieron reducir el IMC 56 pacientes (91.8%) al año del inicio del estudio y consiguieron mantener dicha reducción 54 pacientes (88.5%) al finalizar el seguimiento. El IMC medio al inicio de la intervención fue de 33.68 ± 3.56 , al año 31.65 ± 4.29 y a los dos años 31.27 ± 3.94 . La reducción media del IMC al año de seguimiento fue de 2.03 (IC95% 1.46, 2.59), $p < 0.05$. No existían diferencias estadísticamente significativas entre el IMC medio al año y a los dos años de seguimiento. En cuanto al perímetro de cintura, consiguieron reducirlo 54 pacientes (88.5%) al año del inicio de la intervención y dicha reducción se mantenía al finalizar el seguimiento. La media del perímetro de cintura evolucionó de la siguiente forma: al inicio del seguimiento era de 107.36 ± 10.65 , al año 104.04 ± 10.94 y a los dos años 102.75 ± 10.36 . La reducción media del perímetro de cintura al año de seguimiento fue de 3.31 (IC95% 1.94, 4.68), $p < 0.05$ y a los dos años fue de 4.61 (IC95% 3.06, 6.17), $p < 0.05$.

DISCUSIÓN: Al realizar una intervención educativa individualizada sobre pacientes hipertensos con obesidad, se consigue una reducción de peso fundamentalmente durante la duración de la intervención. Tras finalizar ésta los pacientes no siguen adelgazando, aunque al año de finalizar dicha intervención mantienen la reducción de IMC conseguida. El perímetro de cintura sigue una evolución similar al IMC durante el primer año, sin embargo, al año de finalizar la intervención educativa (fin del seguimiento), el perímetro de cintura continúa reduciéndose, a pesar de que el IMC se mantiene constante.