



## 183 - EFICACIA DE UNA INTERVENCIÓN DIETÉTICA Y PSICOLÓGICA EN PACIENTES CON OBESIDAD

C. Grau del Valle<sup>1</sup>, N. Bosch<sup>1</sup>, J.F. Marco Expósito<sup>1</sup>, B. Zaragoza Villena<sup>1</sup>, S. Veses<sup>1</sup>, C. Morillas<sup>1,2</sup> y C. Bañuls<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Endocrinología y Nutrición. Hospital Universitario Doctor Peset-FISABIO. Valencia. <sup>2</sup>Facultad de Medicina y Odontología. Universidad de Valencia.

### Resumen

**Introducción:** La autoestima es un factor relevante en el pronóstico de los pacientes con obesidad, siendo una de las principales consecuencias de la enfermedad, y en algunos casos pueden llegar presentar trastornos psicológicos como depresión o ansiedad.

**Objetivos:** Analizar los cambios en autoestima y peso tras un programa de intervención dietética-psicológica en una muestra de sujetos con obesidad.

**Métodos:** El tipo de estudio fue longitudinal pre- y post- intervención en grupo único. Se incluyeron 27 sujetos obesos en seguimiento dietético en la Unidad de Endocrinología y Nutrición del Hospital Universitario Dr. Peset (Valencia). El programa psicológico constaba de 10 sesiones de 60 minutos, con frecuencia de 15-30 días. Al inicio y al final de las mismas se les pesó y administró el cuestionario de Autoestima de Rosenberg (compuesto por 10 ítems, máximo 40 puntos y 3 subescalas: baja, media y alta autoestima).

**Resultados:** La población de estudio (85,2% mujeres) tenía una edad media de  $43,5 \pm 11,0$  años, un peso de  $110,3 \pm 18,1$  kg y un 44,4% presentaba comorbilidades psicológicas. Al inicio de las sesiones, el 63% presentaban una baja autoestima y tan solo un 11,1% una alta autoestima. Al terminar el programa observamos diferencias estadísticamente significativas ( $p < 0,001$ ) tanto en la autoestima como en el peso, presentando un 44,4% alta y el 55,6% media autoestima, y una reducción del 14% en el peso. Además, encontramos diferencias con respecto al sexo, siendo mayor la pérdida de peso en mujeres ( $p < 0,01$ ), pero no con respecto a la autoestima.

**Conclusiones:** El tratamiento psicológico en pacientes con obesidad influye significativamente tanto en la pérdida de peso como en la autoestima. Por tanto, combinar programas nutricionales y psicológicos mejoraría la adherencia al tratamiento en este tipo de pacientes.

Financiación: Instituto de Salud Carlos III (PI18/00932, FI19/00076, CP19/00077) y el Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER, "Una manera de hacer Europa").