



## 340 - EVALUACIÓN DEL IMPACTO DE UN PROGRAMA DE INTERVENCIÓN SOBRE EL ESTILO DE VIDA EN PACIENTES CON OBESIDAD. RESULTADOS EN MOTIVACIÓN, HÁBITOS SALUDABLES Y PÉRDIDA PONDERA

A. Aguilera Luque<sup>1</sup>, R. Barahona San Millán<sup>1</sup>, D. Pérez Asensio<sup>1</sup>, G.G. Mas Blanch<sup>1</sup>, N. Pons Porta<sup>2</sup>, C. Planella Farrugia<sup>2</sup>, J. Comalada Puigdevall<sup>2</sup>, M.C. Salgado Rodríguez<sup>3</sup>, M. Jiménez Castro<sup>3</sup> y S. Mauri Roca<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Endocrinología y Nutrición, Hospital Universitari Doctor Josep Trueta, Girona. <sup>2</sup>Nutrición y Dietética, Hospital Universitari Doctor Josep Trueta, Girona. <sup>3</sup>Secretaría Técnica, Hospital Universitari Doctor Josep Trueta, Girona.

### Resumen

**Introducción:** La UDEN del Hospital Trueta de Girona es referencia de 883.512 personas. El proceso asistencial de obesidad vinculado a la historia clínica electrónica (HCE) nos permite evaluar la eficacia de la intervención educativa.

**Objetivos:** Evaluar si el programa de intervención para pacientes con obesidad consigue mejorar resultados en motivación, estilo de vida saludable y pérdida ponderal.

**Métodos:** Explotación de los datos clínicos introducidos de forma sistemática en HCE SAP-ARGOS en condiciones de práctica clínica habitual. Se recogieron datos del cuestionario de Prochaska, hábitos dietéticos, ejercicio físico y resultados ponderales.

**Resultados:** Desde 9,2021 se han valorado datos de 387 pacientes nuevos (68% M) con edad 45,5 años (15-67) e IMC 45 kg/m<sup>2</sup> (33-80). Entre la visita inicial y las consecutivas, el porcentaje de pacientes en la fase de precontemplación fue (0,8 vs. 0,8%), contemplación (43 vs. 24%), preparación (39 vs. 21%), acción (13 vs. 21%) y mantenimiento (3 vs. 6%). La ingesta de < 2 raciones/día de verduras pasó del 76% al 56%, la ingesta de fruta < 2 raciones/día del 71% al 55%, 300 min (11,1 vs. 16%). Por último, la pérdida ponderal a partir de los 6 meses fue 15% un 4,4%.

**Conclusiones:** El programa de intervención para pacientes con obesidad consigue que más del 99% de los pacientes mejoren la motivación para el cambio en su estilo de vida relacionado con un incremento en el consumo de frutas, verduras y cereales integrales. Sin embargo, el tiempo dedicado al ejercicio físico sigue siendo muy escaso en las visitas de seguimiento. El 12% de los pacientes no consigue frenar la enfermedad y el 37% de los pacientes consigue una pérdida significativa del peso.