



## 162 - EL HUEVO O LA GALLINA: CONFIANZA Y MOTIVACIÓN EN LAS PERSONAS CON UNA PÉRDIDA DE PESO SATISFACTORIA

N. Vilarrasa<sup>\*1,2</sup>, V. Vázquez-Velázquez<sup>3</sup>, A. Alfaddá<sup>4</sup>, P. Auerbach<sup>5</sup>, I. Caterson<sup>6</sup>, W. Coutinho<sup>7</sup>, A. Cuevas<sup>8</sup>, D. Dicker<sup>9</sup> y M. Iwabu<sup>10</sup>

<sup>1</sup>Endocrinología y Nutrición. Hospital Universitari de Bellvitge-IDIBELL. L'Hospitalet de Llobregat. <sup>2</sup>CIBER de Diabetes y Enfermedades Metabólicas Asociadas. Instituto de Salud Carlos III. Madrid. <sup>3</sup>Clínica de Obesidad y Trastornos de la Conducta Alimentaria. Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán. Ciudad de México. México. <sup>4</sup>Centro de Investigación de la Obesidad y Departamento de Medicina. Facultad de Medicina. Universidad King Saud. Riyadh. Arabia Saudí. <sup>5</sup>Novo Nordisk A/S. Søborg. Dinamarca. <sup>6</sup>Instituto Boden. Centro Charles Perkins. Universidad de Sídney. NSW. Australia. <sup>7</sup>Instituto Estatal de Diabetes y Endocrinología (IEDE). Universidad Católica de Río de Janeiro (PUC-Rio). Río de Janeiro. Brasil. <sup>8</sup>Departamento de Nutrición. Clínica Las Condes. Santiago. Chile. <sup>9</sup>Medicina Interna D. Hasharon Hospital Rabin Medical Center. Petah Tikva. Israel. <sup>10</sup>Departamento de Diabetes y Enfermedades Metabólicas. Universidad de Tokio. Japón.

### Resumen

**Introducción:** Diversos factores genéticos, fisiológicos, psicológicos y ambientales influyen en la aparición de obesidad y dificultan que personas con obesidad (PO) logren o mantengan una pérdida de peso (PP) clínicamente significativa. Para identificar factores individuales que contribuyan a una PP satisfactoria, investigamos las actitudes de PO con resultado de pérdida de peso (RPP) satisfactorio (pérdida de peso  $\geq$  5% mantenida durante  $\geq$  1 año) utilizando datos del estudio ACTION-IO (NCT03584191).

**Métodos:** Encuesta por Internet a PO adultas en 11 países. Un RPP satisfactorio se definió como PP corporal  $\geq$  5% en los 3 últimos años mantenida durante más de 1 año.

**Resultados:** Hubo respuesta por 14.502 PO. Los métodos más utilizados para adelgazar fueron mejoras generales de alimentación (51%) y ejercicio (40%). 1.559 PO comunicaron un RPP satisfactorio (11%). Un mayor número de PO que lograron un RPP satisfactorio (frente a las que no lo lograron) respondieron: saben cómo adelgazar (55% frente al 44%), saben cómo mantener el peso (48% frente al 34%) y, si adelgazaban, les resultaría fácil mantener el peso (31% frente al 23%). Hubo más PO con un RPP satisfactorio que afirmaron estar motivadas para adelgazar frente a las que no lo lograron (57% frente al 47%). El principal objetivo de la PP para todas las PO era reducir riesgos asociados al exceso de peso o prevenir un problema de salud (48% y 46%). Un menor número de PO se mostraron preocupadas por el impacto del peso en su salud futura (46%) entre las que habían tenido un RPP satisfactorio frente a las que no lo habían tenido (56%).

**Conclusiones:** Un mayor porcentaje de PO que lograron un RPP satisfactorio parecían estar motivadas y confiadas en ser capaces de lograr y mantener la PP. No está claro si su motivación y confianza se deben a la PP o si es el motivo por el cual adelgazaron. Estos datos podrían indicar que una mejor eficacia y autoestima mejoran los RPP, precisando de más investigaciones.

\*En representación del Grupo Asesor ACTION-IO y como miembro de ACTION-IO España: M.A. Rubio, F. Poyato y J. Salvador.