



## 300 - SEGUIMIENTO INTENSIVO DE LA OBESIDAD: ¿ES RENTABLE EL ESFUERZO?

E. Ferrándiz, M. Vázquez, O. González, F. Martínez y D. Cepero

Hospital Torrecárdenas. Almería. España.

### Resumen

**Introducción:** La obesidad constituye la epidemia del siglo XXI y su importancia radica en su asociación con una elevada morbilidad y mortalidad, sobre todo la de tipo abdominal al constituir un factor de riesgo cardiovascular independiente.

**Métodos:** Se reclutó una cohorte de 124 pacientes de la consulta monográfica de obesidad que realizaban seguimiento personalizado e intensivo cada 45-60 días por personal de enfermería especializado. Se valoraron parámetros antropométricos y metabólicos al inicio de la intervención y tras 6 meses.

**Resultados:** La edad media era de 55,32 años  $\pm$  16,4 años, 95 (76,6%) eran mujeres y 29 (23,4%) hombres. Al inicio el índice de masa corporal (IMC) era de 40,58  $\pm$  6,75 (peso medio 105,99 Kg  $\pm$  21). Eran diabéticos tipo 1 3 (2,4%), tipo 2 en tratamiento con ADO 30 (24,1%) y con insulina 5 (4%). La tensión arterial sistólica (PASist) era de 136  $\pm$  21,9 y diastólica de 83,8  $\pm$  12,45 mmHg. La HbA1c media de los 38 pacientes diabéticos era de 6,42  $\pm$  2,8%. El colesterol total era de 185,86  $\pm$  60,99 mg/dl, LDL-c 94,72  $\pm$  53,67 mg/dl y triglicéridos 184,65  $\pm$  390,47 mg/dl. A los 6 meses se produjo una reducción significativa del peso y el IMC siendo respectivamente de 95,47  $\pm$  19 y de 36,56  $\pm$  6,1 ( $p < 0,001$ ). También se produjo una disminución evidente de la PASist en 9,56  $\pm$  24 ( $p < 0,001$ ) y de la PA diastólica en 7,4  $\pm$  15,13 mm ( $p < 0,0001$ ) así como mejoría del control glucémico en los pacientes diabéticos con un descenso de la HbA1C de 1,17  $\pm$  1,24% ( $p < 0,001$ ). Las modificaciones del perfil lipídico no fueron significativas respecto a los valores iniciales. Se consiguió pérdida ponderal superior al 8% en 6 meses (objetivo ideal según la SEEDO) en 70 pacientes (56,5%) no habiendo diferencias según sexo, aunque sí por edad (mayor pérdida ponderal en menores de 35 años).

**Conclusiones:** Nuestros pacientes experimentan una mejora tanto antropométrica como metabólica en un corto plazo, por lo que se benefician de incidir de manera activa en medidas higiénico-dietéticas.