

RESULTADOS DE UN TRATAMIENTO PARA DEJAR DE FUMAR DIRIGIDO A PERSONAS CON SOBREPESO Y OBESIDAD

Autores: Andrea Krotter, Gloria García-Fernández, Ángel García-Pérez, Gema Aonso-Diego, Sara Weidberg y Roberto Secades-Villa

ID: 25

INTRODUCCIÓN

- La población con sobrepeso y obesidad ($IMC \geq 25$) se caracteriza por:
 - Elevada prevalencia de consumo de tabaco
 - Alta vulnerabilidad para desarrollar problemas de salud (e.g., diabetes o enfermedades cardiovasculares)
- Dejar de fumar puede provocar un aumento de peso, lo que resulta especialmente de riesgo para este colectivo

OBJETIVO: analizar los resultados de un tratamiento para dejar de fumar y prevenir la ganancia de peso corporal que estaba dirigido a personas con sobrepeso y obesidad

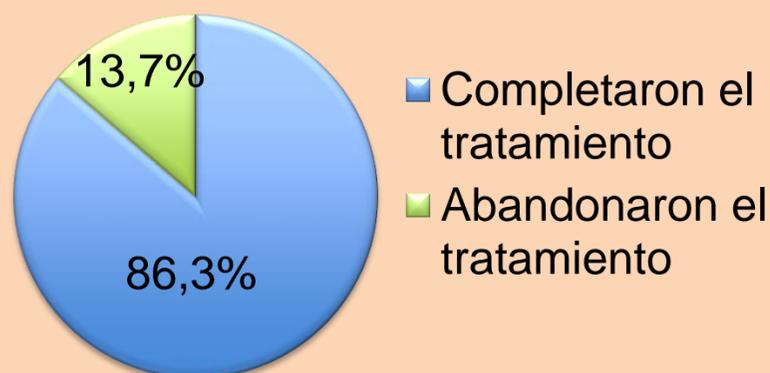
MATERIALES Y MÉTODO

Muestra → 80 fumadores ($M_{edad} = 51,86$; $DT = 10,63$; 58,8% mujeres) con sobrepeso y obesidad ($M_{IMC} = 31,41$; $DT = 5,71$) que acudieron a un tratamiento psicológico para dejar de fumar y controlar el peso.

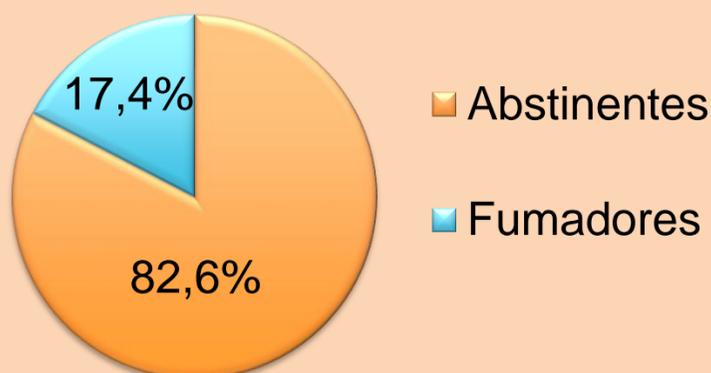
Intervención → reducción gradual del consumo de nicotina, psicoeducación sobre la relación tabaco-peso, fomento de una alimentación saludable, aumento de la actividad física y manejo de conductas alimentarias inadecuadas (e.g., picoteos o atracones).

RESULTADOS

1) Tasa de finalización del tratamiento:



2) Tasa de abstinencia al finalizar el tratamiento:



3) Cambio de peso: los participantes que dejaron de fumar aumentaron su peso inicial ($M\Delta_{kg} = 1,12$; $DT = 1,80$; $p < 0,001$) e IMC ($M\Delta_{IMC} = 0,41$; $DT = 0,67$; $p < 0,001$).

CONCLUSIONES

- El tratamiento resultó eficaz para dejar de fumar. Aunque los participantes abstinentes ganaron peso, el aumento fue ligero e inferior a los resultados de estudios previos.
- Es necesario continuar investigando los resultados a medio y largo plazo.