



## CAMBIO DE PESO CORPORAL EN PERSONAS CON SOBREPESO Y OBESIDAD QUE DEJARON DE FUMAR

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

ID: 8

### INTRODUCCIÓN

- Aumentar de peso tras dejar de fumar puede perjudicar a las personas con sobrepeso y obesidad dada su vulnerabilidad para desarrollar problemas de salud, como diabetes o hipertensión
- La ganancia de peso puede desencadenar la recaída en el tabaco al considerarla una consecuencia directa de haber alcanzado la cesación tabáquica

**OBJETIVO:** analizar longitudinalmente el cambio de peso en personas que dejaron de fumar mediante un tratamiento psicológico

### MÉTODO

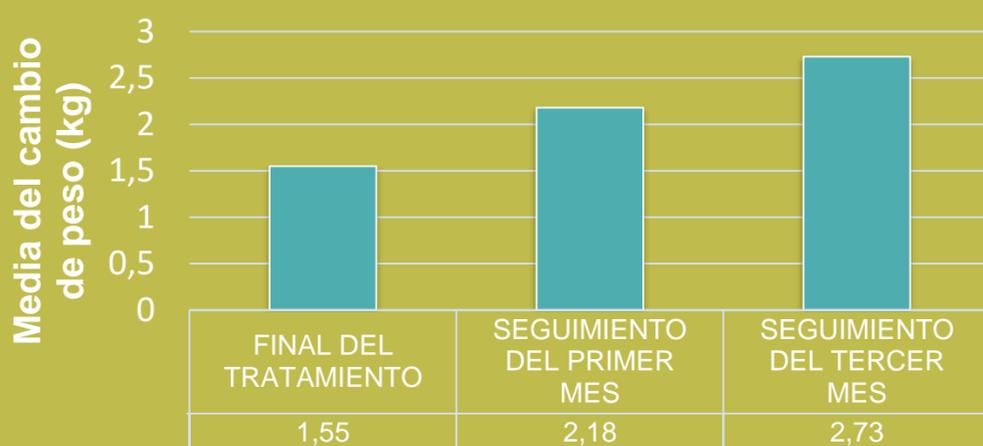
- Un total de 120 fumadores con sobrepeso y obesidad ( $M_{IMC}=31,75$ ;  $DT=4,31$ ) realizaron un tratamiento para dejar de fumar y prevenir la ganancia de peso.
- Se evaluó el estatus de fumador mediante verificación bioquímica (i.e., monóxido de carbono y cotinina) y el cambio de peso en la última sesión de tratamiento, así como en seguimientos realizados uno y tres meses después.

### RESULTADOS

- 1 Total de participantes que dejaron de fumar tras realizar la intervención:**
  - 74,17% ( $n=89$ ) al final del tratamiento.
  - 48,33 % ( $n=58$ ) en el seguimiento del primer mes.
  - 38,33 % ( $n=46$ ) en el seguimiento de los tres meses.

- 2 Cambio de peso:**
  - Los participantes abstinentes aumentaron su peso corporal en los tres puntos temporales (todas las  $p<0,002$ ).
  - Las personas que no dejaron de fumar en ninguno de los tres puntos temporales ( $n=6$ ) mantuvieron su peso corporal (todas las  $p>0,463$ ).

#### CAMBIO DE PESO ENTRE LAS PERSONAS QUE DEJARON DE FUMAR



### CONCLUSIONES

- Las personas que dejaron de fumar aumentaron significativamente su peso corporal, aunque la ganancia de peso fue inferior a la informada en metaanálisis previos.
- Es necesario evaluar el cambio de peso en seguimientos más tardíos, así como analizar su posible impacto en la recaída tabáquica.