



## ¿QUÉ PREDICE QUE LAS PERSONAS AUMENTEN DE PESO TRAS DEJAR DE FUMAR?

**Autores:** Andrea Krotter, Julia Morón Gómez, Gema Sánchez García, Natalia Ventura Toro, y Gloria García-Fernández

ID: 9

### ANTECEDENTES:

- En ocasiones la cesación tabáquica se relaciona con un aumento del peso corporal.
  - Es importante analizar qué variables predicen el aumento de peso, especialmente en poblaciones de riesgo como las personas con exceso de peso corporal (i. e., índice de masa corporal [IMC]  $\geq 25$ ).
- El **objetivo** del estudio fue analizar qué variables predicen el aumento de peso tras dejar de fumar mediante un tratamiento psicológico.

### MÉTODO:

- $N = 46$  personas con  $IMC \geq 25$  que estaban abstinentes 3 meses después de finalizar el tratamiento.

#### Características de la muestra

51,5% mujeres

$M_{edad} = 53$  ( $DT = 11,35$ )

61,36% obesidad (i.e.,  $IMC \geq 30$ )

$M_{IMC} = 31,70$  ( $DT = 4,03$ )

#### Evaluación Inicial

Cigarrillos fumados al día (CPD)

Satisfacción con el peso corporal (sí/no)

Preocupación por ganar peso al dejar de fumar (sí/no)

Confianza en mantener el peso al dejar de fumar (sí/no)

IMC (sobrepeso/obesidad)

- Regresión logística binaria: qué variables iniciales predicen el aumento de peso (i.e.,  $>3\%$  del peso inicial) en el seguimiento de los 3 meses.

### RESULTADOS:

- El 43,48% de los abstinentes aumentó más del 3% su peso inicial.
- Las variables del inicio del tratamiento que predijeron un aumento superior al 3% del peso corporal inicial a los 3 meses fueron:

Mayor número de CPD			Tener sobrepeso		
$B=0,135$	$OR=1,135$	$p=0,024$	$B=1,497$	$OR=4,46$	$p=0,037$
El modelo explicó el 31,2% de la varianza					

### DISCUSIÓN:

- Los resultados evidencian la importancia de que las intervenciones para dejar de fumar prevengan simultáneamente el aumento de peso (e. g., monitorización del peso durante la intervención, promoción de la actividad física, mejora de los hábitos alimentarios...).
- Fumar más y tener sobrepeso al inicio del tratamiento está asociado a ganar peso tras dejar de fumar, por lo que debe prestarse especial atención a los fumadores que presenten estas características antes de dejar de fumar.