



# Endocrinología, Diabetes y Nutrición



## 278 - TERAPIA GRUPAL *VERSUS* TERAPIA INDIVIDUAL EN EL TRATAMIENTO DE LA OBESIDAD EN EL HOSPITAL UNIVERSITARIO SEVERO OCHOA

G.L. Román Gómez, L.E. Lander Lobariñas, M.M. Fandiño García, M. Pérez Pelayo y M.I. Púa Blanco

*Endocrinología y Nutrición. Hospital Universitario Severo Ochoa. Madrid.*

### Resumen

**Introducción:** La obesidad es uno de los grandes retos de la Medicina en el siglo XXI por su elevada prevalencia y su alta morbilidad. En España, la prevalencia ha ido aumentando en las últimas décadas hasta alcanzar el 14,5% de la población. Su etiopatogenia multifactorial hace necesario que en su tratamiento deba realizarse un abordaje integral, que incluya un plan nutricional individualizado, ejercicio físico estructurado, terapia psicológica conductual, así como el uso de fármacos o cirugía. Diversos estudios han comparado la efectividad y adherencia de una terapia individual vs. una terapia grupal, concluyendo que no hay diferencias significativas; si bien algunos autores destacan una mayor pérdida de peso y mantenimiento a largo plazo en el grupo de terapia grupal. El objetivo de este trabajo es comparar la evolución ponderal y la adherencia terapéutica del abordaje grupal versus el individual en pacientes que presentan obesidad.

**Métodos:** Estudio retrospectivo. Se incluyeron 289 pacientes con una edad media de 50 años e IMC  $\geq 30$  kg/m<sup>2</sup> (189 en terapia grupal y 102 en individual). Variables analizadas: sexo, edad, hábitos tóxicos, peso, comorbilidades e IMC. Se ha comparado el peso e IMC final así como la adherencia entre los dos grupos.

**Resultados:** En ambos grupos la comorbilidad más prevalente fue la hipertensión arterial (45% en individual y 50,8% en grupal) y predominó el sexo femenino (58,8% en individual y 63,6% en grupal) sin verse una relación significativa con el grado de obesidad. Se observó mayor adherencia terapéutica en el abordaje grupal (32%) vs. el individual (17%). Hubo un descenso en la media del IMC de -1,17 ( $p = 0,0176$ ) siendo estadísticamente significativo frente a la terapia individual.

**Conclusiones:** En la terapia grupal se evidencia un descenso significativo del IMC y mayor adherencia. Dada la alta prevalencia actual, el abordaje grupal de la obesidad parece una opción válida para el tratamiento integral de esta enfermedad.