



340 - IMPACTO EN PARÁMETROS CARDIOMETABÓLICOS Y COMPOSICIÓN CORPORAL EN POBLACIÓN PAKISTANÍ CON OBESIDAD TRAS UN PROGRAMA DE EJERCICIO Y DIETA ADAPTADOS CULTURAL Y LINGÜÍSTICAMENTE

M.P. Barbier¹, M.T. Julián Alagarda¹, P. Campo del Campo¹, S. Anwar², C. Vaqué Crusellas², A. Hernández Rubio¹, C. Puente de la Vega Gonzales¹, V. Salva Crespi¹, C. Joaquín Ortiz¹ y N. Alonso Pedrol¹

¹Endocrinología y Nutrición, Hospital Universitari Germans Trias i Pujol, Badalona. ²Universidad de Vic.

Resumen

Introducción: La población pakistaní residente en Cataluña presenta una elevada prevalencia de obesidad y enfermedades metabólicas respecto a la población autóctona. Las barreras culturales y lingüísticas dificultan la adherencia a intervenciones de salud estándar.

Objetivos: Evaluar el impacto de un programa de alimentación saludable y ejercicio físico adaptado cultural y lingüísticamente sobre parámetros cardiometabólicos, composición corporal y fuerza muscular en población pakistaní con obesidad.

Métodos: Estudio aleatorizado y controlado con 60 pacientes con obesidad, asignados a: intervención intensiva (6 talleres grupales de alimentación saludable y 6 de ejercicio) o intervención simplificada (1 sesión teórica de alimentación y 1 de ejercicio). Ambas fueron cultural y lingüísticamente adaptadas. Se realizaron evaluaciones basales y a los 6 meses: analítica, antropometría, elastografía hepática (CAP), impedanciometría, dinamometría y ecografía nutricional.

Resultados: Se incluyeron 60 pacientes (edad 40 ± 9 años; 81,6% mujeres; IMC $35,5 \pm 5,6$ kg/m²), edad 40 ± 9 años, 81,6% mujeres). Las comorbilidades basales incluían diabetes (16,6%), hipertensión (21%), dislipemia (5%) y esteatosis hepática metabólica (46,6%). No se observaron diferencias basales significativas entre grupos. A los 6 meses, ambos grupos mostraron una disminución significativa de peso, IMC y masa grasa, y un aumento del área muscular por ecografía. No se observaron diferencias significativas entre ambos grupos en otros parámetros.

Conclusiones: Una intervención dietética y de ejercicio físico adaptada cultural y lingüísticamente, tanto intensiva como no, produce un efecto beneficioso en la composición corporal de pacientes de origen pakistaní. La adecuación cultural puede ser clave para el éxito de estrategias preventivas en poblaciones migrantes.