



# Medicina de Familia. SEMERGEN



<https://www.elsevier.es/semergen>

## 242/517 - EFECTIVIDAD DE UNA DIETA MUY BAJA EN CALORÍAS PARA EL TRATAMIENTO DE LA OBESIDAD EN ATENCIÓN PRIMARIA

A. Altés Boronat, S. Sitjar Martínez de Sas, M. Pastoret Descamps, M. Soler Durán, A. Navarro Navarro y M. Costa Montserrat

Médico de Familia. CAP Sants. Barcelona.

### Resumen

**Objetivos:** Valorar la efectividad del tratamiento con una dieta muy baja en calorías (Método Pnk) para el abordaje de los pacientes con obesidad atendidos en un centro de salud.

**Metodología:** Ámbito: Centro de salud urbano. Tipo de estudio: estudio de intervención: aplicación de un tratamiento estructurado con una dieta muy baja en calorías en una consulta de atención primaria en pacientes derivados por los otros profesionales del centro. Población. Criterios de inclusión: pacientes, de edad entre 18 y 55 años de edad, con obesidad (índice de masa corporal (IMC) mayor de 30 Kg/m<sup>2</sup>) atendidos en un centro de salud que acepten entrar en el estudio y firmen el consentimiento informado. Criterios de exclusión: Enfermedad mental grave, diabetes insulínica dependiente, trastorno de la conducta alimentaria, existencia de: hepatopatía, nefropatía, cardiopatía, o endocrinopatía concurrente significativa; toma de corticoides o fármacos que alteren los electrolitos. Mediciones: edad, sexo, peso en kg al inicio, en cada fase del tratamiento y al final, IMC al inicio y al final, efectos secundarios, grado de satisfacción por parte de los pacientes y los médicos derivadores. Estadística: G-stat.

**Resultados:** Se reclutaron 96 pacientes, de los que 13 rehusaron el tratamiento y 84 aceptaron y firmaron el consentimiento informado. El peso medio al inicio fue de 100,82 Kg (rango: 71-147,7 Kg) y al final 72,72 Kg (rango: 58-91,5 Kg). El IMC medio al inicio y al final fue 35,89 y 28,82 Kg/m<sup>2</sup> respectivamente. Las bajadas de 19,39 kg en el peso y de 7,2 puntos en el IMC fueron estadísticamente significativas (p 0,0001). El 10% presentó efectos secundarios leves, sobretodo diarrea, estreñimiento y mareo. Se constató un alto índice de satisfacción tanto en pacientes como en médicos.

**Conclusiones:** El tratamiento de la obesidad con una dieta muy baja en calorías en atención primaria es seguro y efectivo.

**Palabras clave:** Obesidad. VLCD. Efectividad.