

ESTUDIO SISTEMÁTICO DE LA EFECTIVIDAD DE LOS TRATAMIENTOS INDIVIDUALES Y GRUPALES DE LA OBESIDAD EN ADULTOS.

A SYSTEMATIC REVIEW OF THE EFFECTIVENESS OF GROUP VERSUS INDIVIDUAL TREATMENTS FOR ADULT OBESITY.

PAUL-EBHOHIMHEN V, AVENELL A.

Unidad de Investigación del Departamento de Servicios de Salud [Health Services Research Unit], Facultad de Medicina de la Universidad de Aberdeen, Reino Unido.
v.a.paul-ebhohimhen@abdn.ac.uk

ANTECEDENTES:

Para el tratamiento de la obesidad se utilizan tanto métodos individuales como grupales. Las dietas de tipo comercial suelen utilizar métodos grupales, mientras que muchos tratamientos clínicos emplean procedimientos personalizados. Estudiamos de modo sistemático ensayos controlados y aleatorizados relacionados con los distintos tipos de tratamientos de la obesidad en adultos para comparar la efectividad de los métodos grupales e individuales.

MÉTODOS:

Realizamos búsquedas en siete bases de datos electrónicas, dos publicaciones especializadas, y en referencias secundarias bajo criterios *a priori* de estudio sistemático: ensayos controlados aleatorizados de tratamiento de obesidad con participantes con IMC ≥ 28 kg/m², edad ≥ 18 años, grupos de comparación que incluyeron al menos un tratamiento de tipo grupal y un tratamiento de tipo individual, y seguimiento por un período ≥ 1 año. Seleccionamos información y llevamos adelante un metaanálisis de los cambios en el peso de los participantes.

RESULTADOS:

De 5 ensayos seleccionados se obtuvieron 11 grupos de comparación, con un total de 336 participantes. Se hallaron cambios significativamente mayores ($p = 0,03$) en el peso de los participantes bajo tratamiento grupal en un período de 12 meses respecto del grupo bajo tratamiento personalizado. Los subanálisis demostraron que esta mayor efectividad está relacionada con el uso de recompensas monetarias y la intervención de psicólogos.

CONCLUSIÓN:

Los métodos grupales resultaron más efectivos que los individuales, sobre todo en las mujeres cuyos tratamientos tuvieron la intervención de psicólogos. Se sugiere la realización de más estudios para analizar las diferencias según los grupos profesionales y estas intervenciones en participantes varones, junto con una evaluación económica.

Obes Facts. 2009;2(1):17-24. Publicación electrónica, 3 de febrero de 2009.