

## **CAMBIOS DE HÁBITOS DE VIDA EN PACIENTES CON SOBREPESO U**

### **OBESIDAD:**

**Creación de grupos de trabajo dirigidos por enfermería para disminuir el IMC previo tratamiento de Reproducción Asistida**

M. Redondo, P. Antonell, C. Carmona, A. Munne, L.Rodríguez, P. Ariza

**Comunicación oral:** Miriam Redondo Hernando

**Mail:** [miriamredo@hotmail.com](mailto:miriamredo@hotmail.com)

**Teléfono:** 662.036.035

Unidad de Reproducción Asistida.

Institut Clínic d'Obstetricia, Ginecologia i Neonatologia (ICGON) Hospital Clínic.

Barcelona

## **INTRODUCCIÓN:**

La obesidad es un problema de salud pública importante.

Hay numerosas evidencias sobre el impacto negativo de la obesidad en: el ovario y la calidad ovocitaria, la ovulación, el endometrio, el embrión y durante el embarazo.

Hemos analizado las pacientes que han realizado un ciclo de FIV en nuestro centro entre enero de 1994 hasta diciembre de 2013 que presentaban sobrepeso u obesidad, observando que se ha triplicado el número de mujeres con sobrepeso, de un 3.8% en el año 1994 a un 18.20% en el año 2013, y duplicado el de obesas, de un 1.5% en 1994 a un 7.7% en el 2013 en este periodo de tiempo.

## **OBJETIVO:**

El objetivo de este proyecto es que las pacientes con sobrepeso u obesas (IMC = o > 30), en lista de espera para FIV pierdan entre un 10-15% de su peso actual antes del inicio del tratamiento para mejorar los resultados del ciclo y evitar complicaciones en el caso de gestación posterior.

## **METODOLOGÍA:**

Estudio piloto con el objetivo de implementarlo en el ámbito asistencial.

Realizamos dos grupos de pacientes con sobrepeso u obesidad que acuden a nuestro centro pendientes de tratamiento:

- 1.- Grupo de pacientes para montar un aula de educación terapéutica, dirigida por enfermería con el asesoramiento del servicio de endocrino.
- 2.- Grupo de pacientes que se controlarían en la consulta de enfermería a nivel individual.

Nuestro proyecto está basado en: a) reeducación de hábitos alimentarios, b) ejercicio físico, c) comparar los resultados de los grupos.

## **RESULTADOS:**

**Grupo 1:** Muestra compuesta por 13 pacientes, un 23% consiguieron bajar un 10% de su peso, un 38% consiguió bajar un 5% y un 7.6% se mantuvo en el mismo peso que al inicio, 15.3% abandonan el grupo, 15.3% pasan a cirugía bariátrica.

**Grupo 2:** Muestra compuesta por 13 pacientes, un 53.84% consiguieron bajar más de un 10% de su peso, un 38.46% consiguieron bajar más de un 5% y un 7.69% se mantuvo en el peso que al inicio del programa.

## **FINALIDAD:**

- Disminución del peso entre el 10-15% y mantener la pérdida.
- Mejorar los resultados durante el tratamiento y sus hábitos de vida.
- Disminuir las complicaciones en caso de embarazo.
- Aumentar su autoestima.
- Implementar en el ámbito asistencial.