

Resumen #1014

Programa Hábitos Saludables (PHS)

¹Agüero G, ¹Aniceto M, ¹Demaria G, ¹De la Vega M, ¹Dordoni S, ¹Lumelli F, ¹Trotta I, ¹Vago E
¹DASPU Obra Social Universitaria de Córdoba

Persona que presenta:

Vago E, programasdaspu@gmail.com

Área:

Epidemiológica / Salud Pública

Resumen:

La obesidad es un problema de salud crónico, complejo, de comportamiento epidémico que acorta la esperanza de vida, genera morbilidad y aumenta los costos socio-sanitarios. Por su complejidad el tratamiento debe ser abordado interdisciplinariamente para lograr cambios en el estilo de vida. La última ENFR realizada en Argentina en 2018, revela un incremento en relación al 2013 en la prevalencia de obesidad del 4,6 % (25,4%). La Campaña de riesgo Cardiovascular realizada en 2016 en DASPU reveló que el factor de riesgo más frecuente fue el exceso de peso, con un 64,8% (27,8% obesidad y 37% sobrepeso). El incremento en la prevalencia de exceso de peso y aprobación de la Ley de Obesidad, trajo un aumento de la demanda de tratamiento de esta enfermedad. En este contexto, se crea el Programa de Hábitos Saludables conformado por un equipo interdisciplinario con Lic. en nutrición, psicología y trabajo social, Prof. de Ed. física, Médicos de flia., y pasantes estudiantes de medicina.

El objetivo de este trabajo fue valorar un programa de abordaje interdisciplinario para personas con sobrepeso y obesidad.

Se llevó a cabo el seguimiento longitudinal de 280 pacientes bajo PHS durante el período 2017-2019 en la Obra social DASPU. Se evaluó adherencia midiendo concurrencia a consultas con los diferentes profesionales, incorporación de hábitos saludables y descenso de peso.

Se realizaron encuestas telefónicas sobre cambio de hábitos y se midió descenso de peso y número de profesionales que visita frecuentemente.

Del total de pacientes que consultaron, se encuentran bajo seguimiento 98, de los cuales 30 están tercerizados. Ingresan mensualmente 6 pacientes.

Los pacientes asistieron a los siguientes controles: médicos 84%, nutricionales 82%, psicológicas y trabajo social 52%, de educación física 56 % y el 64% a talleres grupales interdisciplinarios. El 60% de los pacientes refieren haber mejorado la selección, cantidad y organización de su alimentación, el 50% logró incorporar actividad física y más del 60% mejoró su autoestima y priorización de sus cuidados.

El 41% descendió hasta el 10% del peso inicial; 11% hasta el 20%; 4% más del 20%.

Los resultados permiten concluir que el PHS logró que los pacientes bajo programa presenten adherencia al tratamiento mejorando la incorporación de hábitos saludables sostenidos en el tiempo.

Palabras Clave:

estilo de vida saludable, SOBREPESO, obesidad

Healthy Habits Program (HHP)

¹Agüero G, ¹Aniceto M, ¹Demaria G, ¹De la Vega M, ¹Dordoni S, ¹Lumelli F, ¹Trotta I, ¹Vago E
¹DASPU Obra Social Universitaria de Córdoba

Persona que presenta:

Vago E, programasdasp@gmail.com

Abstract:

Obesity is a chronic, complex health problem with epidemic behavior that shortens life expectancy, generates morbidity and increases socio-health costs. Due to its complexity, the treatment should be approached interdisciplinarily to achieve changes in lifestyle. The last ENFR made in Argentina in 2018, reveals an increase in relation to 2013 in the prevalence of obesity of 4.6% (25.4%). The Cardiovascular Risk Campaign conducted in 2016 in DASPU the most frequent risk factor was excess weight, with 64.8% (27.8% obesity and 37% overweight). The increase in the prevalence of excess weight and approval of the Obesity Law, translated an increase in the demand for treatment of this disease. In this context, the Healthy Habits Program is created, consisting of an interdisciplinary team with graduates in nutrition, psychology and social work, Physical Education Teacher, Family Physicians, and interns of medical students.

The purpose of this study was to evaluate an interdisciplinary approach program for people who are overweight and obese.

A longitudinal follow-up of 280 patients under PHS during 2017-2019 was carried out in health insurance DASPU. Adherence was evaluated by measuring attendance at consultations with different professionals, incorporation of healthy habits and weight loss. Telephone surveys were conducted on changing habits and weight loss and number of professionals who visit frequently were measured.

From the total of patients who consulted, 98 are under follow-up, 30 of whom are outsourced. 6 patients enter monthly. The patients attended the following controls: medical 84%, nutritional 82%, psychological and social work 52%, physical education teacher 56% and 64% interdisciplinary group workshops. 60% of patients report having improved the selection, quantity and organization of their diet, 50% managed to incorporate physical activity and more than 60% improved their self-esteem and prioritization of their care. 41% dropped to 10% of the initial weight; 11% to 20%; 4% more than 20%.

We conclude that HHP achieved that patients under the program present adherence to treatment, improving the incorporation of healthy habits sustained over time.

Keywords:

healthy life style, Overweight, obesity