

Seguimiento y apoyo psicoterapéutico en usuarias con sobrepeso u obesidad. Una experiencia

Patricia Guerra Mora (1) María Fernández Rodríguez (2) , Lorena Pallas Álvarez (3), Cristina Ibáñez López (4), Verónica Concha González (5),
Noelia Martínez Menéndez (6) y Eloya Martín Sánchez (7)

(1) (6) Psicóloga Interna Residente- Hospital Universitario San Agustín.

(2) Psicóloga Clínica. Hospital San Agustín.

(3) Psicóloga Interno Residente en H. Gral Universitario de Elda (Alicante)

(4) (5) Psicólogas Internas Residentes- Hospital Universitario Central de Asturias (HUCA)

(7) Psicóloga en Eloya MS Psicología. Profesora en UNED.

INTRODUCCIÓN

La obesidad es una enfermedad crónica y multifactorial que se asocia a importantes complicaciones físicas y psicológicas y que contribuye a empeorar la calidad de vida de las personas. En el Principado de Asturias, según los datos de la encuesta de salud para Asturias (2008,) el 28% tiene problemas de sobrepeso, el 14,5% de obesidad y el 5,1% de obesidad mórbida.

En la práctica clínica acuden, a menudo, personas que se encuentran afectadas psicológicamente por el sobrepeso y la obesidad. Refieren haber intentado sin mucho éxito reducir peso y atribuyen a esta condición gran parte de su malestar y de su situación vital.

En relación con la cirugía bariátrica, no debemos olvidar que uno de los criterios de inclusión frecuentemente citados es el fracaso en tratamientos convencionales anteriores, entre los que se incluyen la dieta y el ejercicio.

Con estos precedentes, se lleva a cabo una experiencia, acotada en el tiempo, de seguimiento y apoyo psicoterapéutico con usuarias del centro de salud mental que realizan esta demanda.

OBJETIVO

El objetivo de este trabajo es presentar la experiencia, así como las valoraciones ofrecidas por las usuarias.

METODOLOGÍA

Participan cuatro mujeres.

Las variables recogidas son: número de sesiones realizadas, periodicidad y temas Tratados.

RESULTADOS

- ✓ Las usuarias acuden a un promedio de 4,5 sesiones (rango 3-6) con una periodicidad media aproximada de 2,5 semanas entre sesión.
- ✓ Los temas abordados en consulta son cinco. El porcentaje para cada tema se muestra en la Figura 1.
- ✓ Se obtienen valoraciones positivas de la experiencia en un 75%. El 25% no realizó la valoración.



Figura 1

CONCLUSIONES

Las personas con sobrepeso y obesidad acuden frecuentemente a los centros de salud mental con demandas de ayuda. En la experiencia realizada, las temáticas relacionadas con la visión de la sociedad sobre la obesidad, las repercusiones de la obesidad y del sobrepeso en la vida, las relaciones afectivas y la situación formativo/laboral son muy significativas.

El apoyo terapéutico, tanto con respecto a la dieta y a la realización de ejercicio físico, como en relación a otras áreas es valorado positivamente por las usuarias y puede ayudar a lograr cambios en el estilo de vida que se mantengan en el tiempo.

BIBLIOGRAFÍA

- Moreno Esteban B y Zugasti Murillo A. Cirugía bariátrica: situación actual. Rev Med Univ Navarra. 2004; 48(2), 66 -71
- Margolles M y Donate I. Encuesta de salud para Asturias 2008: Medidas antropométricas y vigilancia de peso. Dirección General de Salud Pública y Participación; 2009.
- Organización mundial de la Salud. Temas de salud: obesidad. (s.f).