La educación de la alimentación saludable como mejora del IMC en el paciente ingresado con trastorno mental severo

María José Marín Artero[a], María José Gómez Santa[b], Jorge David Jiménez Jiménez[a]
[a]Instituto de Neuropsiquiatría y Adicciones (INAD). Unidad de subagudos y alta dependencia psiquiátrica. Parc de Salut Mar. Barcelona.
[b]EIR. Instituto de Neuropsiquiatría y Adicciones (INAD). Parc de Salut Mar. Barcelona.
XXXVI CONGRESO NACIONAL DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL.

Introducción

La enfermedad cardiovascular es la principal causa de muerte en las personas con trastornos mentales severos (TMS)(1). Los pacientes con TMS tienen mayor riesgo de sobrepeso u obesidad que la población general, explicado en parte por el aumento de peso inducido por medicamentos como antipsicóticos, antidepresivos y eutimizantes(2). El 50% de pacientes esquizofrénicos padecen obesidad lo que obliga a contemplar la salud física como parte integrante de la práctica de las enfermeras de salud mental(3).
El trastorno obsesivo-compulsivo parece una excepción, ya que la evidencia anecdótica sugiere pérdida de peso; además, aunque la depresión se asocia con sobrepeso se desconocen los efectos de la depresión secundaria comórbida(4).
La revisión sistemática más reciente, concluye que las intervenciones en el estilo de vida parecen ser efectivas para tratar el sobrepeso en personas con TMS; sin embargo también se observa que es necesaria mayor investigación para evaluar los efectos a largo plazo de las intervenciones en el estilo de vida, así como para enfocar los componentes especiales de las intervenciones con beneficios especialmente altos para los usuarios(5).

Objetivos

- El objetivo principal de la intervención es mejorar los conocimientos respecto a una alimentación saludable de los pacientes ingresados en la unidad.
- Como objetivo secundario se establece:
  Reducción del sobrepeso en pacientes con Índice de Masa Corporal (IMC) elevado.

Metodología

Se realiza un estudio de tipo descriptivo de tipo transversal. La muestra es de n=72 incluyendo las pérdidas, compuesta por los pacientes ingresados en las unidades de subagudos y alta dependencia psiquiátrica del Centre Fòrum del Parc de Salut Mar. Se establecen criterios de elegibilidad y exclusión.

Desarrollo

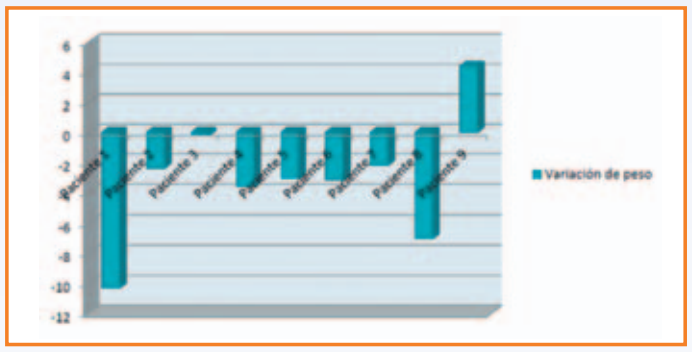
Desde mayo de 2018 se desarrollan, en forma de talleres abiertos semanales, sesiones de nutrición saludable de 1 hora de duración. La participación es voluntaria, a todos los participantes que acceden realizan una encuesta inicial, se evalúa su IMC, y se realiza control de peso quincenal.

Seguimiento de dieta previo a la realización de la intervención

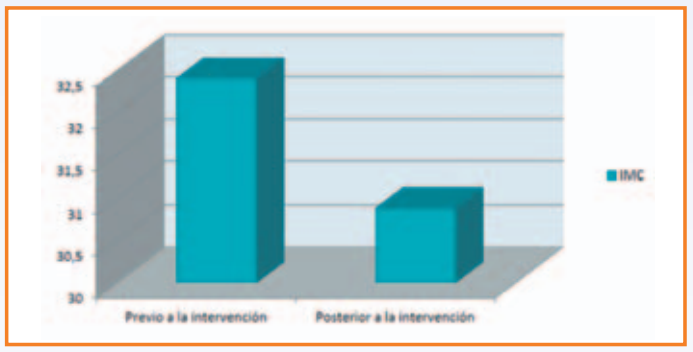
Información previa recibida sobre pautas nutricionales

Recibir información nutricional

Variación de peso



Media geométrica IMC



Conclusiones

Hasta diciembre de 2018 se realizaron 25 sesiones. Participaron 27 pacientes, un total de 197 participantes en el global de las sesiones, el 84% mantienen una participación activa en los talleres. La media de participación en función de la ocupación de camas ha sido del 27.4%, más alta en mujeres que en hombres (35.9% vs 21.8%). De los 27 participantes 18 presentaban IMC>25, 9 fueron dados de alta, y 8 redujeron su IMC (media -1.53 Rango -0.06/-3.88, 4.71% de reducción).

Bibliografía

1. Storch Jakobsen A, Speyer H, Nørgaard HCB, Hjorthøj C, Krogh J, Mors O, et al. Associations between clinical and psychosocial factors and metabolic and cardiovascular risk factors in overweight patients with schizophrenia spectrum disorders – Baseline and two-years findings from the CHANGE trial. Schizophr Res [Internet]. 2018 Sep 1 [cited 2019 Feb 18];199:96–102. Available from: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0920996418301270
2. Provencher MD, Bélanger M-È, Shriqui C, Lachance I, Bonneville S. [Psychoeducation for overweight patients with psychiatric disorders: The Wellness program developed in Quebec]. Encephale [Internet]. 2016 Jun [cited 2019 Feb 18];42(3):201-7. Available from: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26924000
3. Blomqvist M, Ivarsson A, Carlsson I-M, Sandgren A, Jormfeldt H. Health Risks among People with Severe Mental Illness in Psychiatric Outpatient Settings. Issues Ment Health Nurs [Internet]. 2018 Jul 3 [cited 2019 Feb 18];39(7):585–91. Available from: https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/01612840.2017.1422200
4. Abramovitch A, Anholt GE, Cooperman A, van Balkom AJLM, Giltay EJ, Penninx BW, et al. Body mass index in obsessive-compulsive disorder. J Affect Disord [Internet]. 2019 Feb 15 [cited 2019 Feb 18];245:145–51. Available from: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165032718314071
5. Richter D, Gühne U, Stein J, Weinmann S, Becker T, Riedel-Heller SG. [The Impact of Non-Pharmacologic Lifestyle Interventions in People with Severe Mental Illness - A Systematic Review]. Psychiatr Prax [Internet]. 2018 [cited 2019 Feb 18];45(7):347–57. Available from: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30304753

INAD Institut de Neuropsiquiatria i Addiccions
Parc de Salut MAR Barcelona