Gac Sanit. 2025;39(S2):111

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

793 - EQUILIBRIO OCUPACIONAL EN ADULTOS CON Y SIN RESISTENCIA A LA PÉRDIDA DE PESO: ESTUDIO TRANSVERSAL

L.M. Compañ Gabucio, L. Torres Collado, V. Company Devesa, P. Peral Gómez, J. Vioque, A. Oncina Cánovas, S. González Palacios, C. Ojeda Belokon, M. García de la Hera

UMH; ISABIAL; CIBERESP; Grupo EPINUT; Grupo B+D+b.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: El equilibrio ocupacional (EO) es la percepción subjetiva de contar con una distribución adecuada de actividades diarias, incluyendo el trabajo, el autocuidado, el ocio y el descanso. Factores como el exceso de trabajo o el sedentarismo pueden generar un desequilibrio ocupacional, lo que se relaciona con estrés, agotamiento y baja calidad de vida. Este desequilibrio puede favorecer el abandono de hábitos saludables e impactar en la ganancia o pérdida de peso. Objetivo: describir las diferencias en el EO de adultos con y sin resistencia a la pérdida de peso y síndrome metabólico.

Métodos: Estudio transversal en 278 adultos con síndrome metabólico que participaron en un ensayo clínico aleatorizado con el objetivo de evaluar el efecto de una intervención basada en adherencia a dieta mediterránea, actividad física y estilos de vida sobre el riesgo cardiometabólico. La resistencia a la pérdida de peso se definió como no haber perdido el 4% del peso basal tras la intervención o haber ganado peso desde la visita basal. El EO se evaluó mediante el test “Occupational Balance Questionnaire” versión española (OBQ-E) cuya puntuación oscila entre 0-65, siendo una mayor puntuación un mejor EO. Realizamos U de Mann Whitney para contrastar diferencias entre la resistencia a la pérdida de peso y el EO tanto en el grupo de participantes que perteneció al grupo intervención como a los del grupo control.

Resultados: Globalmente se observó una diferencia estadísticamente significativa en la mediana de EO entre participantes con y sin resistencia a la pérdida de peso (53 vs.

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados

56, respectivamente, p = 0.041). En el grupo control del ensayo (n = 151), 44 adultos no presentaron resistencia a la pérdida de peso, los cuales obtuvieron una mediana de EO similar a los que si la presentaron (55.5 vs. 54.0, p = 0.537). En el grupo intervención (n = 127), 58 adultos no presentaron resistencia a la pérdida de peso, los cuales mostraron mayor mediana de EO que los que sí la presentaron (56 vs. 51, p = 0.015).

Conclusiones/Recomendaciones: Los participantes con resistencia a la pérdida de peso presentaron menor EO. El desequilibrio ocupacional podría influir en el mantenimiento de hábitos saludables como la dieta mediterránea. Son necesarios otros estudios con análisis más robustos que confirmen la relación entre el EO y la resistencia a la pérdida de peso.

Financiación: ayudas a proyectos de investigación en terapia ocupacional del COPTOEX convocatoria 2024.

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados