

---

Oct 29, 2018 | Escrito por Dolores Hernandez | 0

Foto: Archivo

Con la ayuda de una aplicación de teléfono gratuita, los pacientes obesos de bajos ingresos con signos de **riesgo cardiovascular** perdieron una cantidad de peso clínicamente significativa, según una nueva investigación de la Universidad de Duke, en Durham, Carolina del Norte, Estados Unidos.

El estudio es uno de los primeros en reportar una **pérdida de peso** exitosa dentro de una población de bajos ingresos, un grupo que sufre de tasas de obesidad que se disparan, pero que ha demostrado ser difícil de tratar, señala el autor principal Gary Bennett, profesor de Psicología y Neurociencia Familiar en la Universidad Duke.

“La obesidad continúa causando estragos en la salud de nuestro país y hemos tenido la mayor dificultad para tratar a los estadounidenses de bajos ingresos, aquellos que están más afectados por la enfermedad –afirma Bennett–. Este estudio muestra que podemos ayudar a los pacientes que corren mayor riesgo incorporando el tratamiento en entornos de atención primaria y manteniendo a los pacientes comprometidos utilizando una aplicación simple”.

En el estudio, los pacientes en una clínica de atención primaria utilizaron una **aplicación gratuita llamada ‘Track’** para monitorizar los cambios de comportamiento. La aplicación no se usó de forma aislada: los médicos estaban bien versados en la aplicación y los dietistas también les controlaron mediante llamadas de ‘coaching’. Los pacientes que utilizaron la aplicación y recibieron llamadas de los especialistas obtuvieron mejores resultados que un grupo de control que recibió atención de rutina.

## DISMINUCIÓN DE LA CINTURA Y LA PRESIÓN ARTERIAL

Entre los participantes del programa **‘Track’**, el 43 por ciento perdió más del 5 por ciento de su **peso corporal** en el transcurso de un año. Sus tallas de cintura disminuyeron, al igual que su presión arterial y un número aún mayor de participantes, el 56 por ciento, perdió al menos el 3 por ciento de su peso corporal en 12 meses, lo que los médicos consideran una cantidad saludable de pérdida de peso. Los resultados se encuentran entre los mejores resultados de tratamiento de la obesidad observados en una población médicamente vulnerable, destaca Bennett.

En un momento en que la obesidad sigue siendo epidémica, la investigación también ofrece pruebas alentadoras de un enfoque de tratamiento que puede funcionar en un entorno de atención primaria. Eso es importante, ya que los entornos de atención primaria son donde la mayoría de los pacientes reciben atención médica. Sin embargo, los entornos de atención primaria rara vez ofrecen un tratamiento eficaz para perder peso, y muy pocos estudios han medido el uso de una aplicación para perder peso en ese entorno, según los autores.

Gran parte de las investigaciones sobre pérdida de peso hasta la fecha se han centrado en personas sanas que solo quieren perder peso, pero, la obesidad muy a menudo existe al lado de otros problemas de salud. Por esa razón, los científicos se centraron en las personas obesas que estaban enfermas: además de la obesidad, los participantes del estudio, publicado en ‘American Journal of Preventive Medicine’, sufrían hipertensión, colesterol alto o diabetes.

“La mayoría de lo que sabemos sobre el tratamiento de la obesidad se basa en personas que están razonablemente sanas y están muy motivadas para perder peso”, dice Bennett. “Hemos demostrado la capacidad de promover una pérdida de peso clínicamente significativa entre los pacientes que más necesitan ayuda, aquellos con poca motivación que ya tienen riesgos de salud asociados con la obesidad”, detalla.

La investigación tuvo lugar en un área mayoritariamente rural. Para Bennett, los resultados exitosos de este estudio sugieren que los tratamientos para la obesidad digitales pueden ayudar a cerrar la brecha entre la atención de la obesidad en entornos urbanos y rurales.

“Los tratamientos digitales nos permiten acceder a configuraciones más remotas para brindar atención de alta calidad –afirma Bennett–. La expansión de los servicios de banda ancha para todos los estadounidenses debería ser una prioridad de salud pública”.

## Categoría:

- [Salud](#) [1]
- [email](#) [2]
- [facebook](#) [3]
- [twitter](#) [4]
- [pinterest](#) [5]
- [whatsapp](#) [6]

**Addthis:** [7] [7]

**Antetitulo:** ¡Entérate

**Del día:** No

**Créditos:** Yvke Mundial / Noticias24

**Titulares:** No

**Destacada:** No

**Source URL:** <http://www.radiomundial.com.ve/article/c%C3%B3mo-perder-peso-con-una-aplicaci%C3%B3n>

## Links:

[1] <http://www.radiomundial.com.ve/categoria/Salud>

[2] <mailto:?subject=C%C3%B3mo%20perder%20peso%20con%20una%20aplicaci%C3%B3n&body=http%3A%2F%2Fwww.radiomundial.com.ve%2Farticle%2Ffc%25C3%25B3mo-perder-peso-con-una-aplicaci%25C3%25B3n>

[3] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=http%3A%2F%2Fwww.radiomundial.com.ve%2Farticle%2Ffc%25C3%25B3mo-perder-peso-con-una-aplicaci%25C3%25B3n>

[4] <https://twitter.com/intent/tweet?text=C%C3%B3mo%20perder%20peso%20con%20una%20aplicaci%C3%B3n&url=http%3A%2F%2Fwww.radiomundial.com.ve%2Farticle%2Ffc%25C3%25B3mo-perder-peso-con-una-aplicaci%25C3%25B3n>

[5] <http://pinterest.com/pin/create/link/?url=http%3A%2F%2Fwww.radiomundial.com.ve%2Farticle%2Ffc%25C3%25B3mo-perder-peso-con-una-aplicaci%25C3%25B3n&media=http%3A%2F%2Fwww.radiomundial.com.ve%2Fsites%2Fdefault%2Ffiles%2F%2Ffield%2Fimage%2Fapp-peso-pierde.jpg&description=C%C3%B3mo%20perder%20peso%20con%20una%20aplicaci%C3%B3n>

[6] <whatsapp://send?text=C%C3%B3mo%20perder%20peso%20con%20una%20aplicaci%C3%B3n%20h%20http%3A%2F%2Fwww.radiomundial.com.ve%2Farticle%2Ffc%25C3%25B3mo-perder-peso-con-una-aplicaci%25C3%25B3n>

[7] <https://www.addthis.com/bookmark.php?v=300>