



# Comunicación. Gastroenterología, nutrición y obesidad

## Reducción de la obesidad mediante la intervención en la cesta de la compra

Rocío Escartín Martínez-Zuviría<sup>a</sup>, Yolanda Couto Rosende<sup>b</sup>, Raquel Corripio Collado<sup>b</sup>

<sup>a</sup>CAP Can Roca. Terrassa. Barcelona. España.

• <sup>b</sup>Parc Taulí Hospital de Sabadell. Sabadell. Barcelona. España.

Publicado en Internet:  
26-mayo-2025

Rocío Escartín Martínez-Zuviría:  
[rocioescartin@gmail.com](mailto:rocioescartin@gmail.com)

### INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS

La obesidad infantil, dada su alta prevalencia y los problemas de salud y calidad de vida que conlleva, es uno de los retos de salud pública más importantes de nuestro tiempo. El objetivo de su tratamiento es beneficiar la salud física y mental de los menores que la sufren, así como prevenir sus complicaciones, mejorando su calidad de vida. Las intervenciones basadas en la familia han demostrado eficacia en el tratamiento de la obesidad infantil, obteniendo una buena evolución ponderal y mejoras en la presión arterial, el perfil lipídico y el metabolismo de la glucosa.

Nuestro estudio evalúa la eficacia de una intervención directa en los hábitos de compra de familias de menores prepúberales con obesidad en la consulta de Atención Primaria.

### MÉTODOS

Se trata de un ensayo clínico aleatorizado. En el grupo intervención, en cada visita se analizaron los tíques de la cesta de la compra familiar del mes previo a la visita, analizando la presencia de productos no saludables y aconsejando evitarlos en compras posteriores. El grupo control siguió las recomendaciones de la práctica clínica habitual.

Se evaluaron parámetros clínicos y analíticos pre y post intervención, valorando trimestralmente la antropometría.

Para comparar variables entre grupos se utilizó la prueba de Wilcoxon. Se calcularon los coeficientes de correlación de Pearson o Spearman.

### RESULTADOS

91 menores prepúberales con obesidad participaron en el estudio: 60 en el grupo intervención y 31 en el grupo control.

A lo largo del seguimiento hubo un 27,5% de pérdidas.

En el 60,6% de los participantes, se obtuvo una pérdida de peso clínicamente relevante, con un descenso  $\geq 0,5$  SDS en el *Z score* del índice de masa corporal (IMC), alcanzado en el 60% del grupo intervención, y en el 61,54% del grupo control, sin haber diferencias estadísticamente significativas entre grupos.

En el grupo intervención hubo un descenso significativo de la media de consumo de productos no saludables a lo largo del seguimiento, y se observó un mayor porcentaje de pérdida de peso entre los menores en los que hubo un mayor descenso del consumo de productos no saludables (**Figura 1**).

### CONCLUSIONES

La intervención en la cesta de la compra familiar a través de la revisión de los tíques en la consulta de Atención Primaria es una herramienta sencilla y eficaz para el tratamiento de la obesidad infantil en menores prepúberales, mejorando la evolución del IMC de los menores y los hábitos de compra de las familias.

### CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran no presentar conflictos de intereses en relación con la preparación y publicación de este artículo.

### ABREVIATURAS

IMC: índice de masa corporal.

**Cómo citar este artículo:** Escartín Martínez-Zuviría R, Couto Rosende Y, Corripio Collado R. Reducción de la obesidad mediante la intervención en la cesta de la compra. Rev Pediatr Aten Primaria Supl. 2025;(34):e116-e117.

**Figura 1. Se observa una disminución del consumo de productos no saludables entre los menores en los que hubo un descenso  $\geq 0,5$  SDS del z-IMC**

