

Envío de resúmenes

En el contexto del II fórum está previsto que podáis compartir vuestro trabajo en EM:

Enviad vuestros resúmenes utilizando **este formulario** a **getem08@gmail.com** antes del **30 de abril**.

Por favor especificad en qué espacio queréis presentarlo y preparad el resumen (máximo de 300 palabras) siguiendo las especificaciones, si queréis, que os damos más abajo. Se aceptarán otros formatos.

Presentación Oral

(Introducción, objetivos, metodología, resultados y conclusiones).

Póster

(Introducción, objetivos, metodología, resultados y conclusiones).

Nombre: Efectividad del Modelo transteórico para el Cambio del Estilo de Vida

Institución: Universidade do Vale do Rio dos Sinos - UNISINOS, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul - PUCRS

Ciudad: São Leopoldo

Correo electrónico: marthaludwig@hotmail.com

Autores: Martha Wallig Brusius Ludwig, Raquel de Melo Boff, Nathália Susin, Ana Maria Feoli, Andreia Gustavo, Fabrício Macagnan, Preston Greene, Margareth Oliveira e Carlo DiClemente.

Resumen (máximo 300 palabras)

La combinación de síndrome metabólico (SM) y enfermedades cardiovasculares aumenta la mortalidad por 1,5 veces, y la mortalidad cardiovascular en 2,5 veces. Las personas con EM necesitan asesoramiento para ayudar a hacer cambios de estilo de vida difíciles. El modelo transteórico (TTM) pueden servir de guía en la gestión de estos cambios de comportamiento. Este estudio



probó dos tratamientos experimentales Si (individuales y de tratamiento El tratamiento de grupo) sobre la base de la TTM sería mejor que el tratamiento de control. El segundo objetivo de este estudio fue comprobar si el apoyo mutuo de la terapia de grupo sería más éxito que un tratamiento individualizado en la mitigación de los factores de riesgo para el síndrome metabólico. Sesenta y tres (63) Los pacientes con EM fueron evaluados y siempre después del tratamiento. Se utilizaron medidas repetidas ANOVA para probar los efectos de los tratamientos. Los participantes en el tratamiento individual de manera significativa demostrada mayor mejoría que el grupo control y los tratamientos en los resultados siguientes: peso, índice de masa corporal, circunferencia abdominal, la cantidad de ejercicio a la semana, la disposición a realizar ejercicio aeróbico 3-5 veces por semana, la disposición a aumentar la ingesta de fibra, disposición a reducir el sodio y la autoeficacia para regular el ejercicio. ¿No había diferencias entre el grupo control y tratamiento para cualquier resultado. Estos resultados demostraron Que también algunos resultados no cambiaron durante el tratamiento (independientemente del tratamiento): el colesterol HDL, los triglicéridos, la glucemia, la disposición para el ejercicio aeróbico 3-5 veces por semana, la preparación para aumentar la ingesta de fibra, la disposición a comer más frutas , disposición a reducir el sodio, y su disposición a comer más pescado. En este estudio el tratamiento más intensivo e individualizado era el más eficaz. Se necesitan futuros estudios de seguimiento para examinar el largo plazo de los tratamientos. Para tratamientos de grupo a tener más éxito, no deberíamos Se reúnen dos veces por semana, Incorporar creación dieta, la implementación y el monitoreo, y se dividen en sesiones de tratamiento en grupo y ejercicios en grupo.

Palabras-clave: Síndrome metabólico, Transteórico Modelo,

pérdida de peso, la eficacia

Una vez revisados, los autores recibirán instrucciones específicas sobre el tipo de formato.

Atención: presentar un resumen no da derecho a ninguna rebaja en la cuota de inscripción.