

INTRODUCCIÓN

- La preocupación por **ganar peso corporal al dejar de fumar** tabaco es muy prevalente en las personas con sobrepeso u obesidad, especialmente entre las **mujeres**¹, siendo una **barrera** para abandonar el consumo de tabaco.

OBJETIVOS

- Analizar las **diferencias en función del sexo** en la **abstinencia y el cambio de peso** en personas con sobrepeso/obesidad que participaron en un tratamiento psicológico para dejar de fumar.

MATERIAL Y MÉTODO

- Participantes:** 120 adultos con sobrepeso u obesidad (54,16% mujeres; $M_{IMC} = 31,75$; $DT = 4,31$)
- Intervenciones:** aleatorización en dos grupos:
 - Terapia cognitivo-conductual (TCC) para dejar de fumar con prevención del aumento de peso ($n = 60$): reducción gradual y progresiva del consumo de tabaco, control estimular, prevención de recaídas, mejora de la alimentación, aumento del ejercicio físico, regulación emocional... Durante 15 sesiones (8 sesiones de terapia + 7 sesiones de control).
 - TCC para dejar de fumar con prevención del aumento de peso + manejo de contingencias (MC) para dejar de fumar ($n = 60$): MC para reforzar la abstinencia bioquímicamente verificada ($CO \leq 4$ ppm y cotinina ≤ 80 ng/ml) con un valor máximo de 320 puntos (i.e., 320 euros) en vales canjeables por diversos bienes y servicios.
- Medidas:**
 - Los participantes completaron una evaluación al finalizar el tratamiento y en seguimientos realizados 1, 3, 6 y 12 meses después.
 - Se evaluó el punto de prevalencia de abstinencia tabáquica de 7 días bioquímicamente verificada y el cambio de peso entre aquellos participantes que dejaron de fumar.

RESULTADOS

- Dado que no hubo diferencias entre las condiciones de tratamiento en las tasas de abstinencia y el cambio de peso en función del sexo, los resultados se presentan conjuntamente (i.e., al margen del grupo).
- No** se encontraron diferencias significativas en las **tasas de abstinencia entre los hombres y las mujeres**.
- Tampoco** se encontraron diferencias en la **ganancia de peso entre quienes dejaron de fumar**. Se observó una **tendencia a un mayor incremento en las mujeres** en todos los seguimientos excepto en el de los 3 meses.

	Abstinencia (7 días)			Cambio de peso (kg)		
	Mujeres	Hombres	<i>p</i>	Mujeres	Hombres	<i>p</i>
Final de tratamiento	70,8%	69,1%	1	1,38 (1,70)	0,69 (2,03)	0,18
1 mes	49,2%	45,5	0,819	1,6 (2,28)	1,25 (4,40)	0,23
3 meses	35,4%	38,2%	0,899	2,71 (3,37)	3,19 (5,60)	0,68
6 meses	30,8%	30,9%	1	3,32 (3,10)	2,45 (3,82)	0,48
12 meses	29,2%	20%	0,341	4,28 (3,90)	2,71 (5,91)	0,636

DISCUSIÓN

- A pesar de que estudios previos encontraran un mayor aumento de peso entre las mujeres², **la ganancia de peso fue similar en ambos sexos**.
- Dado que se observó una tendencia a un mayor incremento por parte de las mujeres, se necesitan **estudios con un mayor tamaño de muestra** que **diluciden las diferencias en el patrón de aumento de peso al dejar de fumar en función del sexo**.

¹ Levine, M. D., Bush, T., Magnusson, B., Cheng, Y., y Chen, X. (2013). Smoking-related weight concerns and obesity: differences among normal weight, overweight, and obese smokers using a telephone tobacco quitline. *Nicotine & Tobacco Research*, 15(6), Article 1136. <https://doi.org/10.1093/ntr/nts226>

² Kmetova, A., Kralikova, E., Stepankova, L., Zvolaska, K., Blaha, M., Sticha, M., Bortlicek, Z., Schroeder, D. R., y Croghan, I. T. (2014). Factors associated with weight changes in successful quitters participating in a smoking cessation program. *Addictive Behaviors*, 39(1), 239–245. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2013.10.010>