

mgr Krzysztof Juchacz

„Wpływ oddziaływań psychoterapeutycznych na skuteczność leczenia otyłości”

Badania naukowe dowodzą istotnej roli czynników psychologicznych w etiopatogenezie otyłości. Lęk, obniżony nastrój, brak efektywnych strategii radzenia sobie ze stresem, mogą prowadzić do spożywania nadmiernej ilości jedzenia, a następnie do otyłości. Nadmierna masa ciała może wtórnie prowadzić do braku samoakceptacji, czy nawet depresji. Standardy leczenia otyłości jedynie sugerują pomoc psychologiczną, ale raczej nie postrzegają tej formy interwencji, jako stałego elementu leczenia.

Celem niniejszej pracy było zbadanie wpływu psychoterapii na efekty leczenia otyłości. Przeprowadzony 3 etapowy eksperyment. Dokonano diagnozy psychologicznej grupy 48 kobiet z otyłością, jakie podjęły się 3 tygodniowego programu leczenia otyłości na oddziale szpitalnym. Ponadto oceniono wpływ psychoterapii na grupie 60 kobiet, które redukowały masę ciała w warunkach ambulatoryjnych. Na ostatnim etapie dokonano pomiaru oddziaływania psychoterapii w przypadku w/w 48 kobiet leczących otyłość w warunkach klinicznych.

Uzyskane wyniki ukazały, że predyktorami dla masy ciała u kobiet z otyłością podejmujących leczenie w warunkach klinicznych jest skłonność do odczuwania lęku (oraz wymiar samooceny w postaci odczucia bycia kochanym).

W przypadku kobiet redukujących masę ciała w warunkach ambulatoryjnych wykazano, że najlepsze efekty przynosi interwencja oparta o szerokie spektrum działania – edukacja żywieniowa, wysiłek fizyczny, praca z dietetykiem, pomoc psychoterapeuty.

Pomiary wykazały, że osoby leczące otyłość w warunkach klinicznych uzyskują redukcję masy ciała oraz poprawę wskaźników antropometrycznych niezależnie od oddziaływania psychoterapii, choć grupa objęta pomocą psychoterapeuty uzyskała zmianę o większej istotności statystycznej. Także tylko w odniesieniu do grupy z psychoterapią wykazano istotne zmiany w obszarze wskaźników oraz funkcjonowania psychologicznego

Uzyskane wyniki potwierdzają zasadność postulatu włączenia pomocy psychologicznej w standard leczenia otyłości.

30.12.2021

Krzysztof Juchacz