

Intervención psicológica en prevención de Síndrome Metabólico: reporte de caso

Objetivo. Promover estilo de vida saludable en estudiante universitaria con tendencia a desarrollar Síndrome Metabólico (SM). **Materiales.** Análisis de laboratorio (AL), Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I), cinta métrica, báscula y papelería. **Método.** Se realizaron dos AL anuales antes del tratamiento psicológico, el tercero al finalizarlo y el cuarto ocho meses después. La primera medición del PEPS-I fue al inicio del tratamiento psicológico; la segunda al concluirlo y la última siete meses después. El tratamiento se inició con entrevista y aplicación de PEPS-I cuando la alumna fue identificada y aceptó participar; la intervención se orientó a desarrollar auto-eficacia en salud, durante ocho sesiones semanales. **Resultados.** El PEPS-I mostró incremento en indicadores de estilo de vida saludable entre el pre-test y pos-test; pero decremento en seguimiento, sin llegar hasta niveles de pre-test. Los AL durante la tercera medición, mostraron decremento en niveles de colesterol total, triglicéridos, glucosa e Índice de Masa Corporal (IMC); que continuaron a la baja durante la cuarta medición pero solamente para glucosa, triglicéridos e IMC. La participante tuvo conocimiento de sus resultados de laboratorio y recibió sugerencias de cambio en estilo de vida desde la primera aplicación dos años antes del inicio del tratamiento psicológico, pero se concretó hasta que su percepción de auto-eficacia fue positiva e implementó hábitos que promovieron su salud, a pesar del entorno que la sometió a mayor exigencia debido a que durante el estudio continuó su formación profesional.

**Intervención psicológica en prevención de Síndrome Metabólico:
reporte de caso**

Autoras:

Norma Yolanda Rodríguez Soriano, Alma Delia Mata Gómez

Datos de identificación:

Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM. Carrera de Psicología, Área de Psicología Clínica. Teléfono oficina (55) 55650703. e-mail rosny@unam.mx