Artículo comentado: *Intermittent Energy Restriction for Adolescents with Obesity: The Fast Track to Health Randomized Clinical Trial*

Autores del trabajo: Natalie B. Lister, PhD; Louise A. Baur, MBBS, PhD; et. al.

Citación: Lister NB, Baur LA, House ET, Alexander S, Brown J, Collins CE, Cowell CT, Day K, Garnett SP, Gow ML, Grunseit AM, Henderson M, Inkster MK, Kwok C, Lang S, Paxton SJ, Truby H, Varady KA, Jebeile H. **Intermittent Energy Restriction for Adolescents With Obesity: The Fast Track to Health Randomized Clinical Trial.** *JAMA Pediatr*. 2024 Oct 1; 178(10):1006-1016

DOI: 10.1001/jamapediatrics.2024.2869

Autor del comentario: Gilberto Pérez López, MD PhD. Endocrinólogo y Pediatra. Hospital Universitario Sanitas La Moraleja

Objetivos del estudio: Valorar la eficacia (Δ Z-Score del IMC) de 2 abordajes dietéticos (restricción calórica intermitente vs. continua) en un programa intensivo de control del peso en adolescentes con obesidad y complicaciones asociadas.

Población de estudio: Estudio multi-céntrico y aleatorizado de 52 semanas (31/01/ 2018 al 31/03/ 2023), en dos centros pediátricos terciarios en Australia, con adolescentes (de 13 a 17 años) con obesidad y una o más complicaciones asociadas.

Resultados: En la semana 52, ambos grupos tenían puntuaciones Z-Score del IMC reducidas: −0,28 [IC del 95 %, −0,37 a −0,20] para restricción calórica intermitente y −0,28 [IC del 95 %, −0,36 a −0,20] para restricción calórica continua, **no existiendo diferencias estadísticamente significativas** entre ambos abordajes. **No se encontraron diferencias** en la composición corporal o variables de salud cardiometabólica entre ambos abordajes dietéticos para el manejo de la obesidad en la adolescencia.

Limitaciones: No lograron mantener el tamaño muestral calculado (130 sujetos) por el confinamiento COVID-19. Muchas consultas de dietética se realizaron a través de telemedicina, y el impacto de esto es desconocido.

Conclusiones principales y opinión personal: Al igual que en los adultos (Liu D NEJM 2022), en los adolescentes con obesidad la restricción calórica intermitente o continua son igual de eficaces en disminuir Z-Score del IMC aunque este efecto es insuficiente.

Aplicabilidad clínica y perspectivas de investigación derivadas del estudio: Poder ofrecer en consultas ambos abordajes dietéticos a los adolescentes con obesidad. Sería importante valorar el impacto de la telemedicina en el seguimiento de estos pacientes.

Resumen para la población general: Para los adolescentes que viven con obesidad **tanto el ayuno intermitente como la dieta hipocalórica continua** como parte de un programa global intensivo de tratamiento de la obesidad pueden ser opciones beneficiosas para mejorar el peso y los resultados cardiometabólicos de los adolescentes.

Fecha: 21 de octubre de 2024

Gilberto Pérez López. Endocrinólogo y Pediatra. Hospital Universitario Sanitas La Moraleja.