

**Efectos metabólicos y dietéticos de la alimentación restringida  
en el tiempo en pacientes pediátricos con obesidad:  
resultados del ensayo clínico aleatorizado TRansForm**

Trabajo de Fin de Máster

Máster en Nutrición y Metabolismo

Grupo de Investigación en Enfermedades Metabólicas de Origen Pediátrico,  
Institut de Recerca Sant Joan de Déu (IRSJD)

Alumno: Ana Rodríguez Legido

Tutor profesional: Carles Lerin Martínez

Universitat Rovira i Virgili (URV),  
Universitat de Barcelona (UB)

Tutor académico: Ruth Ferrer Roig

Tarragona, curso 2023-2024

## RESUMEN CONFIDENCIAL

La obesidad infantil es un problema de salud de gran importancia porque predice la obesidad adulta, asociada a diversas comorbilidades. Actualmente no existen tratamientos eficaces y la alimentación restringida en el tiempo (TRF, del inglés *time-restricted feeding*) ha surgido como una estrategia prometedora. El objetivo principal del estudio fue determinar si una intervención TRF durante 2 meses era más eficaz que el tratamiento estándar de la obesidad para reducir el índice de masa corporal (IMC) y mejorar parámetros metabólicos en pacientes pediátricos con obesidad. El objetivo secundario fue evaluar si la intervención conllevaba cambios dietéticos. Para ello, se realizó un ensayo clínico aleatorizado en el que participaron pacientes pediátricos con obesidad de 8-18 años, asignados aleatoriamente a uno de estos dos grupos: el control, que siguió el protocolo estándar de tratamiento de la obesidad infantil (basado en una intervención sobre el estilo de vida), y el TRF, que además del protocolo estándar siguió una ventana de alimentación de 8 h/día con 16 h/día de ayuno durante 6 días/semana. Se midieron las variables metabólicas (IMC, parámetros del metabolismo de la glucosa, perfil lipídico, marcadores hepáticos y presión arterial) y dietéticas (consumo energético y composición de macronutrientes) al inicio del estudio y a los 2 meses. Las variables cuantitativas se compararon con pruebas T-Student o pruebas no paramétricas en el caso de que su distribución no fuera normal. Las variables cualitativas se evaluaron con la prueba Chi-cuadrado. Finalmente, se analizaron los efectos de la intervención en comparación con el control con una regresión lineal múltiple.