

Faktadokument

Har motiverande samtal någon effekt på vikt vid behandling av övervikt och fetma?

Bakgrund

Under det senaste decenniet har övervikt och fetma ökat i Sverige i åldrarna 16–84 år. Övervikt och fetma kan medföra flera hälsorisker som exempelvis typ 2-diabetes, hjärt-kärlsjukdom, vissa cancerformer, dyslipidemi, hypertoni och ökad mortalitet. Motiverande samtal är en samtalsmetod som utvecklades för behandling vid alkoholmissbruk. Metoden har kommit att börja användas inom andra områden så som vid behandling av övervikt och fetma. Det är inte klarlagt hur effektiv metoden är vid behandling av övervikt och fetma. Syftet var att undersöka om motiverande samtal effektivt på vikt vid behandling av övervikt och fetma hos personer över 18 år.

Vetenskapliga underlaget

Fyra RCT-studier ligger till grund för den här systematiska översiktsartikeln. Samtliga fyra studier varade i minst 6 månader. Totalt medverkade 1 358 deltagare i de fyra studierna. Deltagarna i interventionsgruppen fick motiverande samtal, antingen via gruppssessioner eller genom enskilda samtal. Förändringen i medelvärde hos interventionsgrupperna varierar mellan en viktuppgång på +1,5 kg till en viktnedgång på -3,14 kg. Viktförändringen i kontrollgrupperna varierade mellan -1,0 kg till -2,87 kg. Tre studier presenterade även data för BMI. Förändringen i en av studierna var, i medelvärde, en ökning på +0,21 kg/m² för interventionsgruppen och en minskning på -0,23 kg/m² för kontrollgruppen. De andra studierna hade ett felaktigt beräknat BMI och därför kan inte några slutsatser fastställas.

Evidensstyrka

Det vetenskapliga underlaget är otillräckligt för att bedöma om motiverande samtal har någon effekt på viktnedgång för personer med övervikt och fetma. GRADE (+) Mycket låg tillförlitlighet, saknas vetenskapligt underlag. Det vetenskapliga underlaget är även otillräckligt för att bedöma om motiverande samtal har någon effekt på minskat BMI för samma patientgrupp. GRADE (+) Mycket låg tillförlitlighet, saknas vetenskapligt underlag.

Rekommendationer

Inga rekommendationer kan ges baserat på det tillgängliga vetenskapliga underlaget.

Camilla Swanpalmer och Linnéa Jansson. Examensarbete i klinisk nutrition, 2019-04-03

Referenser

1. Jansson L, Swanpalmer C. Har motiverande samtal någon effekt på vikt vid livsstilsinterventioner för personer med övervikt och fetma? En systematisk översiktsartikel. Göteborg; Göteborgs Universitet, Sahlgrenska akademien; 2019.
2. Saffari M, Pakpour AH, Mohammadi-Zeidi I, Samadi M, Chen H. Long-term effect of motivational interviewing on dietary intake and weight loss in Iranian obese/overweight women. Health promotion perspectives. 2014;4(2):206-13.
3. Rodriguez-Cristobal JJ, Alonso-Villaverde C, Panisello JM, Trave-Mercade P, Rodriguez-Cortes F, Marsal JR, et al. Effectiveness of a motivational intervention on overweight/obese patients in the primary healthcare: a cluster randomized trial. BMC family practice. 2017;18(1):74.
4. Moss EL, Tobin LN, Campbell TS, von Ranson KM. Behavioral weight-loss treatment plus motivational interviewing versus attention control: lessons learned from a randomized controlled trial. Trials. 2017;18(1):351.
5. Barnes RD, Ivezaj V, Martino S, Pittman BP, Grilo CM. Back to Basics? No Weight Loss from Motivational Interviewing Compared to Nutrition Psychoeducation at One-Year Follow-Up. Obesity (Silver Spring, Md). 2017;25(12):2074-8.