

HYPOCALORIC DIETS FREQUENTLY USED BY PATIENTS IN THE SELF-TREATMENT OF OBESITY

Tafuni Ovidiu¹, Tomacinschi Angela², Cracea Lidia³

¹General Hygiene Department, ³Epidemiology Department, *Nicolae Testemitanu* SUMPh;

²University Clinic for primary health care

Background. In most cases, people with obesity (OBT) try to follow different low-calorie diets (LCD) for self-treatment (ST), but do not go to the dietitian (D) for advice. Diets that promised a decrease in body weight in a short time were attractive. **Objective of the study.** Evaluation of low-calorie diets most commonly used in self-treatment of obesity. **Material and Methods.** The descriptive study was performed at UCPMA to determine the spectrum of low-calorie diets most commonly used in the self-treatment of obesity. Data sources were: medical cards and 1 questionnaire - diet selection criteria (DSC). Research methods: observational, epidemiological, clinical and statistical. **Results.** In the study participated 87 patients with OBT, aged between 20 and 70 years, who practiced OBT self-treatment using different LCD and were not consulted by D. The study found that 10 LCD were used more frequently as follows: Rina-19 (21.9%); Danish 14 (16.2%); Dukan-13 (14.2%); Dissociation-11 (12.7%); Kremlin-8 (9.2%); Ketogenic-7 (8.1%); Ballerina-5 (5.9%); Montignac-5 (5.9%); Japanese-3 (3.5%); Flash-2 (2.4%). The following main criteria on which patients with OBT were based in the selection of LCD were highlighted: rapidity of effect; minimal physical and psycho-emotional effort; obtaining expected body changes. **Conclusion.** LCD Rina, Danish and Dukan are more frequently selected by people with OBT as ST.

Keywords: low calorie diets, self-treatment, obesity.

DIETELE HIPOCALORICE FRECVENT UTILIZATE DE CĂTRE PACIENȚI ÎN AUTOTRATAMENTUL OBEZITĂȚII

Tafuni Ovidiu¹, Tomacinschi Angela², Cracea Lidia³

¹Catedra de igienă generală, ³Catedra de epidemiologie, USMF „Nicolae Testemițanu”;

²Clinica Universitară de Asistență Medicală Primară

Introducere. În cele mai multe cazuri, persoanele care suferă de obezitate (OBT) încearcă să urmeze diferite diete hipocalorice (DHC) pentru autotratare (AT), dar nu se adresează la medicul dietetician (MD) pentru a primi recomandări. Au fost atractive dietele ce promiteau o scădere a masei corporale în scurt timp. **Scopul lucrării.** Evaluarea dietelor hipocalorice cel mai frecvent utilizate în autotratarea obezității. **Material și Metode.** Studiul descriptiv a fost realizat la CUAMP pentru determinarea spectrului de diete hipocalorice cel mai frecvent utilizate în autotratarea obezității. Surse de date au fost: cartelele medicale și 1 chestionar - criteriile de selecție a dietei (CSD). Metodele de cercetare: observaționale, epidemiologice, clinice, statistice. **Rezultate.** În studiu au participat 87 de pacienți cu OBT, cu vârsta între 20 și 70 ani, care au practicat autotratarea OBT prin utilizarea diferitor DHC și care nu au fost consultați de către MD. S-a determinat că mai frecvent au fost utilizate 10 DHC după cum urmează: Rina-19 (21,9%); Daneză-14 (16,2%); Dukan-13 (14,2%); Disociată-11 (12,7%); Cremlin-8 (9,2%); Ketogenică-7 (8,1%); Balerina-5 (5,9%); Montignac-5 (5,9%); Japoneză-3 (3,5%); Fulger-2 (2,4%). Au fost evidențiate următoarele criterii principale pe care se bazează pacienții cu OBT în selectarea DHC: rapiditatea efectului; efort fizic și psiho-emoțional minim; obținerea unor schimbări corporale scontate. **Concluzii.** DHC Rina, Daneza și Dukan sunt mai frecvent selectate de către persoanele cu OBT în calitate de AT.

Cuvinte-cheie: diete hipocalorice, autotratare, obezitate.