

Efectividad del programa “pierde kilos gana vida” en la pérdida de peso en personas con obesidad de la unidad de medicina familiar no. 45

Effectiveness of the “lose weight, gain life” program on weight loss in
people with obesity at family medicine unit no. 45

Esteban Estsarony García Leyva

estebangarley04@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0004-1406-8812>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco
Tabasco – México

Elizabeth Gallegos Tosca

eliz_155@hotmail.com

<https://orcid.org/0009-0007-8147-6885>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco
Tabasco – México

Herenia del Carmen Padrón Sánchez

here_padron@hotmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-9942-8979>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco
Tabasco – México

Fernando García López

fchis93@hotmail.com

<https://orcid.org/0009-0001-3626-4548>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco
Tabasco – México

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v6i6.5169>

Artículo recibido: 12 de septiembre de 2025.
Aceptado para publicación: 13 de enero de
2026.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v6i6.5169>

Efectividad del programa “pierde kilos gana vida” en la pérdida de peso en personas con obesidad de la unidad de medicina familiar no. 45

Effectiveness of the “lose weight, gain life” program on weight loss in people with obesity at family medicine unit no. 45

Esteban Estsarony García Leyva

estebangarley04@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0004-1406-8812>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco

Tabasco – México

Elizabeth Gallegos Tosca

eliz_155@hotmail.com

<https://orcid.org/0009-0007-8147-6885>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco

Tabasco – México

Herenia del Carmen Padrón Sánchez

here_padron@hotmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-9942-8979>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco

Tabasco – México

Fernando García López

fchis93@hotmail.com

<https://orcid.org/0009-0001-3626-4548>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco

Tabasco – México

Artículo recibido: 12 de septiembre de 2025. Aceptado para publicación: 13 de enero de 2026.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

Determinar la efectividad del Programa "Pierde Kilos, Gana Vida" en la disminución de peso en personas con obesidad de la UMF No. 45. Estudio cuasiexperimental, analítico y longitudinal, realizado con 76 pacientes inscritos en el programa. Se registraron medidas antropométricas y parámetros bioquímicos al inicio y a los seis meses de intervención. Se aplicaron pruebas de Wilcoxon y t de Student para muestras relacionadas, considerando significancia estadística con $p < 0.05$. La población estuvo conformada predominantemente por mujeres, con una edad media de 48.6 años. Los valores basales mostraron elevación de la glucosa sérica y los triglicéridos. Después de seis meses, se observaron reducciones estadísticamente significativas en peso, IMC, colesterol total, triglicéridos y glucosa sérica ($p < 0.05$ en todas las comparaciones). El programa "Pierde Kilos, Gana Vida" demostró ser efectivo para disminuir el peso, el IMC y los parámetros bioquímicos evaluados en esta población. Por lo que se recomienda su continuidad y la realización de evaluaciones longitudinales que permitan analizar la sostenibilidad de los resultados.

Palabras clave: obesidad, sobrepeso, pérdida de peso, programa educativo

Abstract

To determine the effectiveness of the "Lose Weight, Gain Life" Program in weight loss among obese individuals at Family Medicine Unit No. 45. A quasi-experimental, longitudinal, analytical study was conducted with 76 patients enrolled in the program. Anthropometric measurements and biochemical parameters were recorded at baseline and after six months of intervention. Wilcoxon and Student's t-tests for paired samples were applied, considering statistical significance at $p < 0.05$. The population was predominantly female, with a mean age of 48.6 years. Baseline values showed elevated serum glucose and triglycerides. After six months, statistically significant reductions were observed in weight, BMI, total cholesterol, triglycerides, and serum glucose ($p < 0.05$ in all comparisons). The "Lose Weight, Gain Life" program proved effective in reducing weight, BMI, and the biochemical parameters evaluated in this population. Therefore, its continuation and longitudinal evaluations are recommended to analyze the sustainability of the results.

Keywords: obesity, overweight, weight loss, educational program

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicado en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons. 

Cómo citar: García Leyva, E. E., Gallegos Tosca, E., Padrón Sánchez, H. del C., & García López, F. (2025). Efectividad del programa "pierde kilos gana vida" en la pérdida de peso en personas con obesidad de la unidad de medicina familiar no. 45. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 6 (6), 3534 – 3542. <https://doi.org/10.56712/latam.v6i6.5169>

INTRODUCCIÓN

La obesidad representa una epidemia mundial en aumento (Blas-Miranda et al., 2022; Brink et al., 2024; Shourche et al., 2024) y se caracteriza por la acumulación excesiva y la distribución anormal de la grasa corporal (Meaney et al., 2024). La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que la obesidad se ha triplicado en el mundo desde la década de 1970 (Paczkowska-Abdulsalam & Kretowski, 2021; Perng et al., 2021). En las Américas, más de la mitad de los adultos vive con sobrepeso u obesidad (Perng et al., 2021), y en 2020, la tasa de obesidad en Estados Unidos superó el 40 % (Kraschnewski et al., 2023).

En México, la ENSANUT reportó en 2021 una prevalencia de obesidad del 75.0% en mujeres y del 69.6% en hombres (Barrera López et al., 2025). Asimismo, el estudio FRIMEX encontró que el 71,9% de los participantes presentó sobrepeso u obesidad (Meaney et al., 2024). En panorama epidemiológico, plantea un desafío considerable para el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), debido por la alta carga de la enfermedad y la necesidad de seguimiento longitudinal en un gran número de derechohabientes (Acosta-Gutiérrez et al., 2024).

La obesidad incrementa el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas no transmisibles como la diabetes tipo 2, la dislipidemia, las enfermedades cardiovasculares y diversos tipos de cáncer (Díaz-Zavala et al., 2019; Paczkowska-Abdulsalam & Kretowski, 2021). Por lo tanto, las intervenciones en el estilo de vida dirigidas al control del peso tienen un papel central tanto en la prevención como en la reducción del riesgo cardiovascular (Leng et al., 2022). Las intervenciones tempranas mejoran los resultados clínicos y reducen los costos asociados a la atención médica (Apovian, 2016).

En general, las intervenciones centradas en la modificación de la dieta y la actividad física han demostrado pérdida de peso y beneficios concomitantes para la salud en diversos estudios (Castro-Juarez et al., 2023). Por ejemplo, los programas basados en evidencia pueden lograr reducciones clínicamente significativas (≥ 5 %) acompañadas de mejoras en la presión arterial, los lípidos y la glucosa en sangre (Voils et al., 2024). No obstante, la pérdida de peso suele estabilizarse antes de los 6 meses y las altas tasas de abandono se asocian con la dificultad para sostener los cambios conductuales a largo plazo. (Booth & Laguna-Camacho, 2023).

El programa "Pierde Kilos, Gana Vida" (PKG) es una estrategia a nivel nacional de enseñanza-aprendizaje implementada en unidades de medicina familiar (UMF) del IMSS, con participación de personal especializado en nutrición, a partir de junio de 2021 (Hernández-Mendoza et al., 2024; Martínez Lara et al., 2025; Rodríguez Rodríguez et al., 2025). Este programa busca promover hábitos saludables y disminuir el índice de masa corporal (IMC) en pacientes con sobrepeso u obesidad (Mendoza Vara et al., 2025; Roque Hernández et al., 2025).

Aunque existen diversos estudios que evalúan intervenciones para la reducción de peso, la evidencia disponible sobre PKG es limitada y metodológicamente heterogénea. Los estudios reportan tamaños de muestras variables y, con frecuencia, carecen de mediciones longitudinales completas que incluyan tanto parámetros antropométricos como bioquímicos. Además, no se han realizado evaluaciones previas del programa en la UMF No 45, por lo que se desconoce su impacto local.

Por todo lo anterior, el objetivo de este estudio fue determinar la efectividad del Programa PKG en la disminución de peso y la modificación de los parámetros bioquímicos en personas con obesidad adscritas a la UMF No. 45 del IMSS en Cárdenas, Tabasco.

METODOLOGÍA

Diseño de estudio y selección de participantes

Se realizó un estudio cuasiexperimental, analítico y longitudinal, durante el periodo de marzo de 2023 y diciembre de 2023. Se incluyeron pacientes con obesidad inscritos en el programa PKGV de la UMF No. 45 del IMSS, ubicada en Cárdenas, Tabasco.

Los criterios de inclusión fueron: personas mayores de 20 años, de ambos sexos, con al menos el 60% de asistencia a las consultas programadas y con resultados de laboratorio tanto al ingreso como al egreso del programa. Se recopilaron los siguientes datos: edad, sexo, peso inicial y final, e IMC al inicio y al término de la intervención. El peso se midió con báscula calibrada y el IMC se calculó con la fórmula estándar: peso (kg) / talla² (m²). Asimismo, se registraron parámetros bioquímicos (glucosa en ayuno, colesterol total y triglicéridos séricos) antes y después de la intervención.

El programa PKGV incluyó consultas individuales de nutrición y sesiones educativas estructuradas para promover cambios en el estilo de vida.

Consideraciones éticas

El estudio fue clasificado como de riesgo mínimo de acuerdo con el artículo 17 del Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación. Asimismo, fue evaluado y aprobado por el Comité Local de Investigación en Salud 2701, con número de registro institucional R-2024-2701-004.

Análisis de datos

La información fue registrada en una hoja de cálculo de Microsoft Excel® y posteriormente analizada con el software SPSS® versión 29.0. Se empleó estadística descriptiva para resumir las características de los participantes. Las variables cualitativas se presentan en frecuencia absoluta (n) y relativa (%). Las variables cuantitativas con distribución normal se expresan como media y desviación estándar, mientras que aquellas con distribución no paramétrica se reportan en mediana y rango intercuartilar. Para evaluar diferencias de las mediciones pareadas (antes y después) de la intervención, se aplicó la prueba de t de Student para muestras relacionadas (colesterol) y la prueba de Wilcoxon (peso, IMC, glucosa y triglicéridos). Se consideró un valor de p < 0.05 como estadísticamente significativo.

RESULTADOS

Del total de pacientes que ingresaron al programa PKGV durante el período de estudio, únicamente 76 sujetos contaban con la información completa requerida para el análisis pareado. La media de la edad de la población fue de 48.6 años (±12.5). Con respecto al sexo, el 82.9% (n=63) fueron mujeres y el 17.1% (n=13) fueron hombres

Tabla 1

Sexo

Sexo	n	%
Mujer	63	82.9
Hombre	13	17.1

Nota: n:76 pacientes. La media de edad poblacional fue de 48.6 años (± 12.5).

Fuente: elaboración propia.

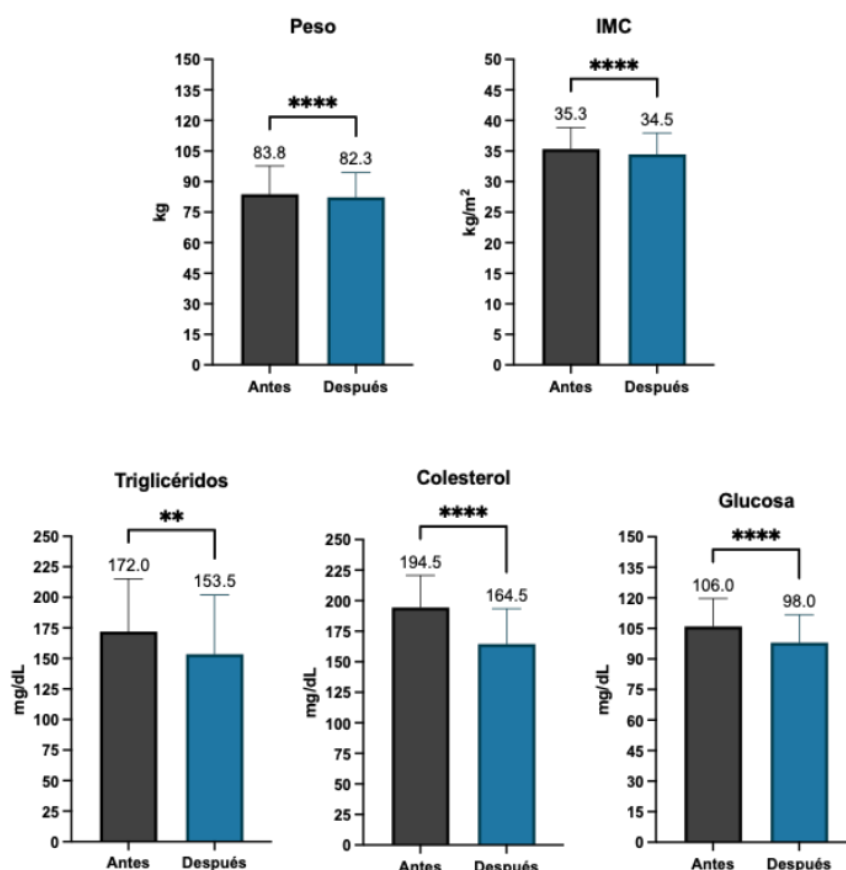
Los datos se muestran en frecuencia absoluta (n) y relativa (%).

Al ingreso al programa, se registraron las medidas antropométricas y los parámetros bioquímicos (glucosa, colesterol total y triglicéridos) de los participantes. La mediana del peso fue de 83.8 kg (75.2 - 97.7) y la del IMC 35.3 kg/m² (30.9 - 38.8). En cuanto a los parámetros bioquímicos, la mediana de la glucosa fue de 106.0 mg/dL (96.2 - 119.8), mientras que, el colesterol total presentó una media de 193.5 mg/dL (84.9) y los triglicéridos una mediana de 172.0 mg/dL (116.0 - 215.3). Después de seis meses de seguimiento, la mediana del peso disminuyó a 82.2 kg (72.3 - 94.3) y la del IMC a 34.4 kg/m² (30.2 - 37.9). En relación con los parámetros bioquímicos, la mediana de la glucosa fue de 98.0 mg/dL (93.2 - 111.8), el colesterol total disminuyó a 167.2 mg/dL (83.4) y los triglicéridos a 153.5 mg/dL (107.8 - 202.0).

Por último, para determinar las diferencias entre las medidas antropométricas y los parámetros bioquímicos antes y después de la intervención, se realizaron comparaciones pareadas. El peso (<0.0001), el IMC (<0.0001), la glucosa (<0.0001), el colesterol total (<0.0001) y los triglicéridos (0.0029) mostraron diferencias estadísticamente significativas, con una disminución en todas las mediciones después de seis meses de intervención (Gráfico 1).

Gráfico 1

Diferencias en peso, IMC, triglicéridos, colesterol y glucosa en ayunas antes y después de la intervención en pacientes del programa PKGV de la UMF No. 45



Nota: n:76 pacientes.

Fuente: elaboración propia.

Los datos del colesterol total se muestran en media y desviación estándar ($\pm$).

El peso, el IMC, la glucosa y los triglicéridos en mediana y rango intercuartilar.

DISCUSIÓN

El presente estudio encontró que el programa PKGV generó reducciones significativas en peso, IMC y parámetros bioquímicos en seis meses, lo que indica que esta estrategia institucional es efectiva para mejorar el perfil metabólico de personas con sobrepeso y obesidad atendidas en primer nivel de atención.

Nuestros resultados son similares a los reportado por otros estudios disponibles sobre el programa PKGV a nivel nacional en las UMF del IMSS. En general, estos estudios describen disminuciones del peso y el IMC, así como en el colesterol total, triglicéridos y glucosa en pacientes con sobrepeso y obesidad tratados durante seis meses o más (Acosta-Gutiérrez et al., 2024; Hernández-Mendoza et al., 2024; Martínez Lara et al., 2025; Mendoza Vara et al., 2025). Por lo tanto, los hallazgos son congruentes con la tendencia observada en otras unidades, reforzando la idea de que los pacientes que ingresan al programa PKGV obtienen beneficios clínicamente importantes cuando se implementa en unidades de atención primaria. Cabe mencionar que algunos estudios han reportado una efectividad parcial. Por ejemplo, se observan reducciones en el peso y el perfil de lípidos (colesterol total y triglicéridos), pero no de glucosa después de seis meses de intervención (Rodríguez Rodríguez et al., 2025). Incluso, se ha reportado ausencia de diferencias significativas en la reducción del peso entre los pacientes que participaron en el programa PKGV y aquellos que recibieron atención nutricional convencional (Roque Hernández et al., 2025).

Los resultados observados en este estudio sobre individuos con sobrepeso y obesidad pueden atribuirse a varios factores. Por ejemplo, la pérdida de peso obtenida en intervenciones intensivas de estilo de vida, incluidas aquellas administradas por profesionales de atención primaria (Perreault et al., 2023), puede estar relacionada con mejoras en los hábitos alimentarios o con el incremento en la conciencia del consumo calórico, de acuerdo con los mecanismos planteados en la literatura (Díaz-Zavala et al., 2019). Asimismo, la disminución del peso puede influir en los parámetros bioquímicos como la glucosa, el colesterol y los triglicéridos (Acosta-Gutiérrez et al., 2024). Estos cambios son consistentes con la noción de que una pérdida de peso mejora metabólicas (Mendoza Vara et al., 2025). En particular, el programa PKGV basado en el seguimiento por el personal de medicina familiar y nutrición podría favorecer el cambio de comportamiento a través del acompañamiento educativo y la orientación dietética.

En ese sentido, los resultados de este estudio deben interpretarse considerando las siguientes limitaciones. En primer lugar, el diseño de cuasiexperimental sin grupo control, limita la capacidad para establecer causalidad. Asimismo, existe la posibilidad de sesgos de selección, dado que el muestreo no fue probabilístico y solo se incluyó a los participantes que cumplieron los criterios de selección. Por último, el período de seguimiento fue de seis meses, por lo que no se puede determinar si los efectos observados se mantienen a largo plazo.

Por otro lado, los hallazgos de este estudio tienen implicaciones importantes para la práctica clínica en el primer nivel de atención, ya que demuestra que el programa PKGV puede generar cambios medibles en el perfil antropométrico y metabólico en los pacientes con sobrepeso u obesidad atendidos en una UMF. De igual manera, los resultados refuerzan que los programas estructurados de educación nutricional y modificación de estilo de vida constituyen herramientas efectivas para el control del peso y la prevención de comorbilidades crónicas no transmisibles, por lo que deben mantenerse y fortalecerse dentro del IMSS. Sin embargo, se requieren estudios más homogéneos, con

diseños controlados y muestras más amplias, así como un seguimiento a mayor tiempo para determinar el impacto a largo plazo.

CONCLUSIÓN

El programa PKGV demostró una reducción significativa en el peso, el IMC y los parámetros bioquímicos evaluados en la población atendida en la UMF No 45. Estos resultados indican que la intervención puede ser una estrategia eficaz para el control del peso y la mejora del perfil metabólico en personas con sobrepeso y obesidad. No obstante, se requieren estudios multicéntricos y con mayor duración para confirmar la sostenibilidad de los cambios obtenidos.

REFERENCIAS

- Acosta-Gutiérrez, M. N., Rodríguez-García, J. del C., Miranda-Canteros, D. M., Duque-Molina, C., Krug-Llamas, E., Membrilla-Torres, A. B., Aguirre-Mendoza, B. N., Valtierra-Martínez, I., Bailon-Brito, J., & Balcón-Caro, D. S. (2024). Estrategia Pierde Kilos, Gana Vida, alcances y perspectivas. *Revista Médica Del Instituto Mexicano Del Seguro Social*, 62 (6). <https://doi.org/10.5281/zenodo.13306787>
- Apovian, C. M. (2016). Obesity: Definition, Comorbidities, Causes, and Burden. *Am J Manag Care*, 22(7), 176–185. www.ajmc.com
- Barrera López, D. Y., Fernández Martínez, S. C., & Cantoran Mora, D. M. (2025). Efecto en la Calidad de Vida de los Pacientes del Programa Pierde Kilos Gana Vida. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(6), 9998–10020. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i6.15657
- Blas-Miranda, N. B., Lozada-Tequeanes, A. L., Miranda-Zuñiga, J. A., & Jimenez, M. P. (2022). Green Space Exposure and Obesity in the Mexican Adult Population. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22), 15072. <https://doi.org/10.3390/ijerph192215072>
- Booth, D. A., & Laguna-Camacho, A. (2023). Improving weight loss RCTs. Measuring the step weight change from a sustained change in frequency of a particular eating or exercise pattern. *European Journal of Clinical Nutrition*, 77(5), 511–514. <https://doi.org/10.1038/s41430-022-01247-7>
- Brink, S. M., Wortelboer, H. M., Hoff, A. F. ten, Emmelot, C. H., Visscher, T. L. S., & van Wietmarschen, H. A. (2024). Two-Year Results of a Five-Year Personalized Integrative Obesity Coaching Program (IBO) Based upon a Systems Health Perspective and an Evolutionary Longitudinal Study Approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(6). <https://doi.org/10.3390/ijerph21060807>
- Castro-Juarez, A. A., Serna-Gutiérrez, A., Alemán-Mateo, H., Gallegos-Aguilar, A. C., Dórame-López, N. A., Valenzuela-Sánchez, A., Valenzuela-Guzmán, D. M., Díaz-Zavala, R. G., Urquidez-Romero, R., & Esparza-Romero, J. (2023). Effectiveness of a Lifestyle Change Program on Insulin Resistance in Yaquis Indigenous Populations in Sonora, Mexico: PREVISY. *Nutrients*, 15(3), 597. <https://doi.org/10.3390/nu15030597>
- Díaz-Zavala, R. G., Candia-Plata, M. del C., Martínez-Contreras, T. de J., & Esparza-Romero, J. (2019). Lifestyle intervention for obesity: A call to transform the clinical care delivery system in Mexico. *Diabetes, Metabolic Syndrome and Obesity*, 12, 1841–1859. <https://doi.org/10.2147/DMSO.S208884>
- Hernández-Mendoza, M., Vargas-Jimenez, E., Alcántara-González, L. G., Flores-Cruz, U., Uribe-Vázquez, Y., Ávila-Pérez, J. R., & Cabañas-Monter, A. J. (2024). Evaluación del programa “Pierde Kilos, Gana Vida” en parámetros antropométricos y bioquímicos. *Atención Familiar*, 32(1), 53–58. <https://doi.org/10.22201/fm.14058871p.2025.1.90132>
- Kraschnewski, J. L., Kong, L., Bryce, C. L., Francis, E. B., Poger, J. M., Lehman, E. B., Helbling, S., Soleymani, T., Mancoll, R. E., Villalobos, V., & Yeh, H.-C. (2023). Intensive behavioral Therapy for weight loss in patients with, or At-Risk of, type 2 Diabetes: Results from the PaTH to health diabetes study. *Preventive Medicine Reports*, 31, 102099. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2022.102099>
- Leng, J., Lui, F., Narang, B., Puebla, L., González, J., Lynch, K., & Gany, F. (2022). Developing a Culturally Responsive Lifestyle Intervention for Overweight/Obese U.S. Mexicans. *Journal of Community Health*, 47(1), 28–38. <https://doi.org/10.1007/s10900-021-01016-w>

Martínez Lara, V., Morales Ramírez, D., Leal Meza, C. Ka., & Martínez Pérez, O. E. (2025). Efecto del programa nutricional “Pierde kilos, Gana vida” en una clínica de atención primaria. *Horizonte sanitario*, 24 (1), 184–198. <https://doi.org/10.19136/hs.a24.1.5959>

Meaney, E., Pérez-Robles, E., Ortiz-Flores, M., Perez-Ishiwara, G., Meaney, A., Munguía, L., Roman, G., Nájera, N., & Ceballos, G. (2024). Overweight, Obesity, and Age Are the Main Determinants of Cardiovascular Risk Aggregation in the Current Mexican Population: The FRIMEX III Study. *Journal of Clinical Medicine*, 13(8), 2248. <https://doi.org/10.3390/jcm13082248>

Mendoza Vara, M. E., Herrera Federico, L. M., Pérez Mejía, A., Mendez Valderrabano, F., & Irigoyen Aguilar, M. F. (2025). Efecto del programa Pierde Kilos Gana Vida en pacientes del Primer Nivel de Atención. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 9(1), 11760–11773. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i1.16752

Paczkowska-Abdulsalam, M., & Kretowski, A. (2021). Obesity, metabolic health and omics: Current status and future directions. *World Journal of Diabetes*, 12(4), 420–436. <https://doi.org/10.4239/wjd.v12.i4.420>

Perng, W., Cantoral, A., Soria-Contreras, D. C., Betanzos-Robledo, L., Kordas, K., Liu, Y., Mora, A. M., Corvalan, C., Pereira, A., Cardoso, M. A., Chavarro, J. E., Breton, C. V., Meeker, J. D., Harley, K. G., Eskenazi, B., Peterson, K. E., & Tellez-Rojo, M. M. (2021). Exposure to obesogenic endocrine disrupting chemicals and obesity among youth of Latino or Hispanic origin in the United States and Latin America: A lifecourse perspective. *Obesity Reviews*, 22(S3). <https://doi.org/10.1111/obr.13245>

Rodríguez Rodríguez, M., De La Luz Pérez, T., Zelocatecatl Garza, X., Hernández Enríquez, K., Isabel Águila Pérez, M., & Ernesto Pérez Ramírez, L. (2025). Análisis de los participantes del programa “Pierde Kilos, Gana Vida.” *Innovación y Desarrollo Tecnológico*, 17 (1), 162–172.

Roque Hernández, M. A., Méndez Valderrabano, F., & Saez Cholula, L. (2025). Estudio comparativo del IMC de los pacientes con obesidad que asistieron al programa “pierde kilos, gana vida” vs los que no acudieron. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 9(4), 1679–1690. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i4.18703

Shourche, R. M., Nematy, M., Cox, W. M., & Fadardi, J. S. (2024). Effectiveness of the Life Enhancement and Advancement Program for Weight Management in Overweight and Obese Females. *Behavioral Sciences*, 14(8). <https://doi.org/10.3390/bs14080724>

Voils, C. I., Shaw, R. J., Gavin, K. L., Hetzel, S. J., Lewis, M. A., Pabich, S., Johnson, H. M., Elwert, F., Mao, L., Gray, K. E., Yuroff, A., Garza, K., Yancy, W. S., & Porter, L. S. (2024). Outcomes from Partner2Lose: a randomized controlled trial to evaluate 24-month weight loss in a partner-assisted intervention. *BMC Public Health*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-024-19464-z>

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) 