

Artículo comentado del mes GOSEEN

Artículo comentado: Nutritional priorities to support GLP-1 therapy for obesity: A joint Advisory from the American College of Lifestyle Medicine, the American Society for Nutrition, the Obesity Medicine Association, and The Obesity Society.

Autores del trabajo: Mozaffarian D, Agarwal M, Aggarwal M et al.

Citación (Revista): Obesity (Silver Spring). 2025 Aug;33(8):1475-1503

Documento conjunto co-publicado en Obesity, The American Journal of Clinical Nutrition, Obesity Pillars y American Journal of Lifestyle Medicine.

DOI: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/oby.24336>

Autor del comentario: Ana Sánchez-Bao

Objetivos del estudio: identificar áreas prioritarias de intervención nutricional y de estilo de vida que acompañen a la terapia con agonistas del receptor de GLP-1 (aGLP-1) y combinaciones de incretinas en pacientes con obesidad.

Tipo de estudio: es una recomendación conjunta de cuatro sociedades científicas sobre el manejo nutricional y del estilo de vida en personas con sobrepeso/obesidad tratadas con aGLP-1.

Resultados: la prescripción de aGLP-1 para el manejo de la obesidad debería ir acompañado de un plan de cuidados global que incluya asesoramiento nutricional y de estilo de vida antes, durante y después del periodo de pérdida de peso. Este plan debe enfatizar una alimentación saludable, la actividad física y el entrenamiento de fuerza, el cribado y manejo de sustancias tóxicas, los trastornos de conducta alimentaria, la salud mental, el sueño e incluso la suplementación de macro y micronutrientes cuando sea necesario. Este enfoque aporta beneficios que van más allá de la pérdida de peso: reduce los efectos adversos gastrointestinales, las deficiencias de micronutrientes, ayuda a preservar la masa muscular y ósea y mejoran la salud metabólica y el bienestar general.

Limitaciones: se trata de un documento de consenso donde algunas de las recomendaciones se apoyan en evidencia indirecta y experiencia clínica. Se requiere de ensayos controlados para evaluar los resultados de las combinaciones farmacológicas con distintas estrategias de estilo de vida.

Conclusiones principales y opinión personal: este posicionamiento sitúa el abordaje nutricional y del estilo de vida como coprotagonista de la terapia con aGLP-1. Integrar la valoración estructurada del paciente con una educación en medidas de estilo de vida, incluyendo nutrición y ejercicio físico, permite optimizar resultados y proteger la composición corporal a la vez que favorece la adherencia y sostenibilidad del plan terapéutico.

Aplicabilidad clínica y perspectivas de investigación derivadas del estudio. Se plantean varias líneas de investigación como son la relación entre la alimentación y la secreción de GLP-1 nativo, las estrategias para el mantenimiento de la pérdida de peso a largo plazo (incluyendo la terapia grupal, programas como Food is Medicine o las herramientas de teleconsulta) y los criterios diagnósticos para la definición de obesidad.

Resumen para la población general: la obesidad es una enfermedad compleja, multifactorial, crónica y recidivante. Los aGLP-1 han demostrado reducción ponderal significativa y beneficios asociados para la salud. Sin embargo, se aconseja que su uso vaya asociado a un plan de salud global en el que se evalúen las condiciones personales de cada paciente y se incluya una intervención nutricional y de estilo de vida.

Fecha: Septiembre de 2025