

## Artículo comentado del mes ObesitySEEN

**Artículo comentado:** *Strategies for minimizing muscle loss during use of incretin-mimetic drugs for treatment of obesity*

**Autores del trabajo:** Jeffrey I Mechanick, W Scott Butsch, Sandra M Christensen, Osama Hamdy , Zhaoping Li, Carla M Prado, Steven B Heymsfield.

**Citación (Revista):** Mechanick JJ, Butsch WS, Christensen SM, Hamdy O, Li Z, Prado CM, Heymsfield SB. Strategies for minimizing muscle loss during use of incretin-mimetic drugs for treatment of obesity. *Obes Rev.* 2025 Jan;26(1):e13841. doi: 10.1111/obr.13841. Epub 2024 Sep 19. PMID: 39295512; PMCID: PMC11611443. (Obesity Review).

**DOI:** [10.1111/obr.13841](https://doi.org/10.1111/obr.13841).

**Autor del comentario:** Fernando Vidal-Ostos De Lara

**Objetivos del estudio:** Revisión de la valoración de la pérdida de masa magra durante el tratamiento de la obesidad con fármacos miméticos de incretina (aGLP1/aGLP1/GIP) y proponer estrategias clínico-nutricionales para su prevención.

**Población de estudio:** Pacientes con obesidad tratados con fármacos miméticos de incretina (aGLP1/aGLP1/GIP). En concreto participantes en ensayos clínicos de semaglutida (STEP-1) y tirzepatida (SURMOUNT-1).

**Resultados:** El uso de miméticos de incretina, como la semaglutida y la tirzepatida, conlleva una pérdida significativa de masa muscular, que se produce de forma paralela a la reducción de la adiposidad. Se observó una pérdida de masa muscular estimada mediante DEXA del 10 % o más durante los periodos de tratamiento (68-72 semanas), lo que equivale a 20 años de pérdida muscular relacionada con la edad. La restricción calórica asociada al tratamiento, la ingesta insuficiente de proteínas y la ausencia de entrenamiento de resistencia contribuyeron significativamente a esta pérdida. Las intervenciones nutricionales y el ejercicio fueron fundamentales para mitigar estos efectos y mejorar la salud metabólica y funcional.

**Limitaciones:** El uso de diferentes metodologías para medir la masa magra podría dificultar la interpretación y comparación de los resultados.

**Conclusiones principales y opinión personal:** Esta revisión subraya la importancia de establecer una estrategia integral que combine una ingesta adecuada de proteínas y micronutrientes con la práctica regular de ejercicio, especialmente entrenamiento de resistencia, para minimizar los riesgos asociados a la pérdida de masa muscular, durante el tratamiento con miméticos de incretina.

**Aplicabilidad clínica y perspectivas de investigación derivadas del estudio:** La integración de la prescripción nutricional y programas de ejercicio personalizados/adaptados en el tratamiento del paciente con obesidad no sólo favorece la obtención de mejores resultados, sino que también evita complicaciones. Futuras investigaciones deberán centrarse en el desarrollo de biomarcadores/marcadores subrogados para la predicción y monitorización de la masa magra.

**Resumen para la población general:** Los nuevos medicamentos para tratar la obesidad pueden reducir la masa muscular, si no se combinan con una dieta adecuada y ejercicio físico. Es importante seguir las recomendaciones de los médicos para prevenir la pérdida de masa muscular durante el tratamiento con los nuevos fármacos contra la obesidad.

**Fecha:** abril -2025