

OBESIDAD

Tratamiento farmacológico de la obesidad

INFORMACIÓN PARA PACIENTES

Miguel A. Rubio Herrera. Jefe de Sección del Servicio de Endocrinología y Nutrición. Hospital Clínico San Carlos. Instituto de Investigación Biomédica del Hospital Clínico San Carlos (IdIISC). Profesor asociado de la Facultad de Medicina. Universidad Complutense. Madrid.

Sara Mera Carreiro. Servicio de Endocrinología y Nutrición. Hospital Universitario HM Madrid Río.

Ana María Ramos-Leví. Servicio de Endocrinología y Nutrición. Profesora asociada de Medicina. Hospital Clínico San Carlos. Instituto de Investigación Biomédica del Hospital Clínico San Carlos (IdIISC). Profesora asociada de la Facultad de Medicina. Universidad Complutense. Madrid.

¿Es necesario realizar un tratamiento farmacológico para el tratamiento de la obesidad?

Debe usted conocer que la obesidad es una enfermedad crónica y que, al igual que otras (hipertensión, aumento de colesterol, diabetes), necesita medicación para alcanzar un mejor control del peso a largo plazo.

Seguramente ha experimentado a lo largo de su vida cómo diferentes dietas han dado distintos resultados y que, en la mayoría de ocasiones, tras suspender la dieta se vuelva a recuperar todo el peso perdido. El tratamiento farmacológico permite mayor adherencia a los cambios del estilo de vida durante muchos meses.

Es más, para que las complicaciones asociadas a la obesidad (presión arterial, glucemia, apnea del sueño, dolor de articulaciones, etc.) puedan mejorar de manera significativa, se necesita perder más de 10-15 kg. Y esto es mucho más fácil con un fármaco que ayude que no solo con dieta.

¿Cómo funcionan los fármacos y qué efectos secundarios tienen?

Los fármacos más eficaces ayudan a controlar el hambre y la sensación de mayor saciedad, incluso también si tiene tendencia al picoteo o a comer de manera descontrolada por las tardes o las noches.

- Orlistat (en cápsulas): solo actúa en el intestino, eliminando las grasas que ingiere. Eso produce mayor número de deposiciones con grasas, gases, flatulencia, etc. Puede perder 3-5 kg.
- Bupropión-naltrexona (en comprimidos): está indicado en personas con apetito y tendencia a los picoteos o a comer fuera de hora, sin control. Se puede perder 7-10 kg, pero con algunos efectos secundarios leves (náuseas, vómitos, insomnio, etc.). Sin embargo, tiene muchas contraindicaciones (epilepsia, hipertensión no controlada, glaucoma, migrañas, toma de otros antidepresivos y analgésicos que llevan opiodes), por lo que se requiere una evaluación médica estricta.
- Liraglutida 3 mg (y próximamente semaglutida 2,4 mg): son los fármacos más potentes y con menos contraindicaciones. Son hormonas muy parecidas a las que tenemos en nuestro organismo, pero que se toman a dosis más altas, para que sean más eficaces. Se tienen que administrar pinchadas, por vía subcutánea (diario o semanal, según el fármaco) y se pueden perder 8-15 kg, aproximadamente, dependiendo del medicamento empleado y la dosis final. Efectos secundarios (leves-moderados) que son dependientes de la dosis recibidas: náuseas, estreñimiento y con menos frecuencia vómitos o diarreas. Con el paso del tiempo se van reduciendo o desapareciendo.

¿Hasta cuándo debo estar con medicamentos?

Hasta ahora, todos los tratamientos para la obesidad (sean dieta o fármacos) se habían planteado como un tratamiento transitorio de pocos meses. La experiencia nos dice que el abandono del tratamiento es la manera más fácil de recuperar todo el peso perdido. Por ello, la estrategia actual contempla la necesidad de realizar un tratamiento a muy largo plazo, en muchos casos

de manera indefinida. Siempre se podrá ajustar la medicación a la evolución y pérdida de peso de cada persona.

Importante: en cualquier proceso de pérdida de peso, los fármacos no sustituyen a cambios en el estilo de vida. Hay que seguir cuidando la alimentación, la necesidad de hacer ejercicio físico diario y contar con la ayuda de profesionales (médicos, enfermeras, dietistas-nutricionistas, psicólogos) que permita realizar un estrecho seguimiento de la enfermedad a largo plazo.