

Estos son los 5 medicamentos más usados para bajar de peso: ¿cómo funcionan y qué tan efectivos son?

Nutriólogos comentan cuáles son los efectos de los fármacos más utilizados para perder hasta el 20% del peso corporal, en los mejores casos.

Francisco Corvalán

Existen de distintos tipos, y todos tienen sus respectivas contraindicaciones. Si bien los medicamentos para el control del peso corporal se han vuelto populares, el uso de estos fármacos debe ser controlado de cerca por un especialista.

Recientemente el Instituto de Salud Pública (ISP) retiró del mercado un medicamento debido a la dependencia que podría provocar en las personas que lo usaban y al daño que podría generar a nivel cardiovascular.

Pero, ¿cómo funcionan estos medicamentos que ayudan a reducir un importante porcentaje del peso corporal? A continuación, un grupo de especialistas en nutrición explican en qué ocasiones son necesarios los tratamientos farmacológicos y en qué casos no. Junto a eso, remarcan que si bien ayudan, los medicamentos no son "milagrosos". El "efecto rebote" puede estar a la vuelta de la esquina si no se lleva el tratamiento de forma adecuada.

No todos fueron hechos para controlar el peso, pero su mecanismo ayuda a inhibir el apetito, entre otras cosas. La Dra. Eliana Reyes, nutrióloga y directora de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de los Andes explica que los medicamentos más recetados en nuestro país son la fentermina, que inhibe el apetito pero, que está aprobada en Chile para el uso en la obesidad pero en un tratamiento máximo de 3 meses o 12 semanas.

También están otros medicamentos de acción central, como una asociación de bupropión y la naltrexona. Ambos tienen una sinergia en su efecto de disminuir el apetito y también produce una disminución de la avidez por los carbohidratos. "Es ideal para las personas que son muy ansiosas", agrega Reyes.

Otro de los medicamentos más utilizados actualmente en Chile son los análogos del péptido GLP-1, tales como la liraglutida y la semaglutida –este último conocido popularmente como Ozempic-. Estos tienen una acción a nivel del tubo digestivo, donde aumentan el estado la saciedad al disminuir el vaciamiento gástrico. También provocan efectos a nivel central inhibiendo el apetito.

Eso sí, existen medicamentos que su objetivo no es la pérdida de peso, pero de igual forma se indica. La semaglutida es un ejemplo

de ello. Aún el ISP no ha aprobado este medicamento para la pérdida del peso, pero sí para controlar los niveles de glucemia en el organismo. "Es tan efectiva que se usa en ambas indicaciones, y eso hace que los pacientes sin diabetes también lo usen y obtengan los mismos resultados", comenta el nutriólogo y diabetólogo de la Clínica UC Christus, Javier Vega.

Hay otro medicamento que si bien está autorizado para el uso en obesidad, prácticamente se receta muy poco: el Orlistat. Según explica Vega, este fármaco actúa también a nivel del tubo digestivo. Inhibe la absorción de las grasas y produce una baja de peso moderada pero con muy pocos efectos adversos, salvo gastrointestinales.

Estudiar al paciente

Los fármacos para la obesidad se indican en pacientes portadores de un índice de masa corporal (IMC) mayor de 30, que es el parámetro actual que define la obesidad, y también en algunos pacientes que son portadores de sobrepeso con un índice de masa corporal de 27. Pero al mismo tiempo se debe

estudiar al paciente para ver si existe alguna otra enfermedad que podría verse afectada con la baja de peso. Por ejemplo, una diabetes descontrolada, hipertensión severa, patologías articulares, también tienen indicación de fármacos para el manejo de la obesidad.

"Estos medicamentos siempre deben ser recetados en conjunto con un cambio de estilo de vida, en la alimentación y en la actividad física. Y si tiene otros factores, como psicológicos o del estilo de vida que hay que modificar, deben analizarse en conjunto", enfatiza la Dra. Reyes. Según agrega, si estos medicamentos son recetados como terapia aislada no van a ser útiles. Siempre deben ser bajo supervisión médica y con un enfoque multidisciplinario.

¿Por qué deben ser administrados bajo supervisión médica? Muchos de estos medicamentos pueden crear estados de dependencia, además de otras afecciones que pueden afectar el sistema cardiovascular.

Recientemente el ISP retiró del mercado a la anfepramona de 25 miligramos, un medicamento utilizado para el control de peso. "Uno de los principales problemas que tenía es que

es muy adictivo, produce mucha dependencia, por lo tanto las personas lo consumen después más por la dependencia que genera que por el efecto anorexígeno", comenta Reyes.

Además, la Agencia Europea del Medicamento analizó y reportó que este fármaco producía hipertensión de la arteria pulmonar. "Por lo tanto, al consumirlo por más tiempo del indicado, las personas corrían riesgo de enfermedades cardíacas o trastornos psiquiátricos", dice la experta.

En el caso de la semaglutida y la tirzepatida –esta última aún no ha llegado al país– han demostrado un excelente efecto en cuanto a baja de peso de mucho, según comentan los especialistas. Sin embargo, el "efecto rebote" está a la vuelta de la esquina si no se realiza un tratamiento integral. Recientemente apareció un estudio en Reino Unido que demostró que gran parte de los pacientes que dejaron de usar tirzepatida y no cambiaron sus hábitos alimenticios o de actividad física recuperaron prácticamente la totalidad del peso perdido.

"Esto se da principalmente en personas que ocupan algún tipo de medicamento no supervisado, y que no hacen ningún cambio en el estilo de vida para controlar su peso", remarca Vega. Además cuenta que, si bien es posible bajar de peso con los medicamentos, una vez que se suspende el tratamiento farmacológico los kilos se recuperan si es que no se realizan cambios en la alimentación, estilo de vida o en la actividad física.

La Dra. Reyes comenta que el efecto rebote se produce generalmente cuando la persona sigue una dieta muy estricta, el metabolismo comienza a disminuir y a adaptarse a vivir con menos aporte calórico. "Al momento en que cambia su patrón de alimentación va a volver a recuperar el peso bajado. Incluso con un poco más. Según dicen los nutriólogos, esto puede ocurrir con cualquier medicamento para perder peso, e incluso sin la presencia de fármacos y la incorporación de un régimen alimenticio muy reducido.

A pesar de las posibilidades que ofrecen los fármacos para bajar de peso, los especialistas remarcan que es indispensable que el paciente no se automedique. Es importante entender cuál es la dosis adecuada para cada persona. ●



► Los medicamentos para el control del peso corporal se han vuelto populares.