

## EN MENOS DE DOS AÑOS SE RECUPERA EL PESO TRAS DEJAR LOS FÁRMACOS PARA ADELGAZAR

**E**l peso perdido por las personas tratadas con los exitosos fármacos adelgazantes basados en la hormona GLP-1 vuelve en menos de dos años y con ello las afecciones cardíacas y metabólicas asociadas al sobrepeso, según ha constatado un metaanálisis recogido en la revista *The BMJ*.

El desarrollo de medicamentos para el control del peso, como los agonistas del receptor del péptido similar al glucagón tipo 1 (GLP-1), ha transformado, para bien, el tratamiento de la obesidad hasta el punto de que la Organización Mundial de la Salud (OMS) los reconoce ya como esenciales para la humanidad y considera que deben ser universalmente accesibles.

Para comprobar si sus beneficios se mantienen en caso de interrumpir el tratamiento, un equipo internacional de investigadores analizó 37 estudios publicados hasta febrero de 2025, con un total de 9.341 participantes. La duración media del tratamiento con fármacos para la pérdida de peso fue de 39 semanas (unos 3,2 años).

### TAMBIÉN VUELVE EL RIESGO

Un seguimiento medio posterior de unos tres años, de media, constató que, tras dejar los fármacos, los pacientes recuperaron el peso a un ritmo aproximado de 0,4 kilos al mes y la mayoría había vuelto a su peso anterior en 1,7 años.

De esos 37 estudios se extrajo que todos los marcadores de riesgo cardiometaobólico que habían mejorado con la pérdida de peso, como el colesterol alto, la hipertensión arterial o la diabetes, volvieron a los niveles previos al tratamiento en un plazo de 1,4 años tras interrumpir los fármacos.

Los investigadores también vieron que la tasa de recu-

peración de peso tras dejar de tomar medicamentos para adelgazar es casi cuatro veces más rápida que el cambio de peso que se produce tras modificar la dieta o el nivel de actividad física.

“Esta evidencia indica que, a pesar de su éxito en la pérdida de peso inicial, el tratamiento puntual con estos medicamentos por sí solo no es suficiente para controlar el peso a largo plazo”, concluyen los investigadores.

### ¿TERAPIA A LARGO PLAZO?

Expertos como John Wilding, catedrático de Medicina Cardiovascular y Metabólica de la Universidad de Liverpool (Reino Unido), recuerdan que la obesidad es una enfermedad crónica que suele recaer cuando se suspende el tratamiento.

“No esperamos que las intervenciones para otras enfermedades crónicas como la diabetes o la hipertensión sigan funcionando cuando se interrumpe el tratamiento y no existe ninguna razón científica para esperar que la obesidad sea diferente. Por lo tanto, deberíamos considerar estos tratamientos como terapias a largo plazo y no como una solución rápida”, apunta Wilding en una reacción a este estudio.

“Los hallazgos refuerzan que el manejo de la obesidad suele requerir planificación a largo plazo. Si las personas suspenden la medicación, muchas probablemente necesitarán apoyo nutricional y conductual continuo. Es necesario seguir investigando estrategias eficaces y escalables para el mantenimiento de la pérdida de peso a largo plazo junto con la farmacoterapia”, señala la investigadora de la Universidad de Cambridge Marie Spreckley, en una reacción para Science Media Centre. C3