

Medicamentos para la pérdida de peso: Indicaciones y uso:

Los medicamentos pueden ayudar a perder peso en ciertos grupos de personas, pero no existen píldoras “mágicas”.

Los medicamentos para la pérdida de peso funcionan mejor cuando se combinan con un programa de tratamiento enfocado en el estilo de vida, y esos medicamentos requieren ser controlados de cerca por un médico.

Quién debe tomar medicamentos para la pérdida de peso

Los enfoques en el estilo de vida para ayudar a las personas con obesidad o sobrepeso a seguir una dieta saludable reducida en calorías y a aumentar su actividad física son siempre los primeros pasos y los más importantes para tratar la obesidad. Desafortunadamente, para muchas personas resulta difícil perder peso y aún más difícil mantener la pérdida de peso. Actualmente, más de 1 de 3 estadounidenses tienen obesidad, lo que se determina por tener un **índice de masa corporal (IMC)** de 30 o más alto.

Los medicamentos a veces se usan para ayudar a perder peso a personas que tienen obesidad y no han podido perder peso o mantener la pérdida de peso con dieta, ejercicio o tratamiento de conducta. A veces, se recetan medicamentos para la pérdida de peso a personas con un IMC de entre 27 y 30 si tienen otros problemas de salud como diabetes, colesterol alto, enfermedad cardíaca, presión arterial alta o apnea obstructiva del sueño. Tomar los medicamentos junto con el tratamiento enfocado en el estilo de vida ayuda a mejorar los resultados de la pérdida de peso.

Cómo deben utilizarse los medicamentos para la pérdida de peso

Existen varios medicamentos para tratamientos a largo plazo (más de 3 meses) aprobados por la Administración de Drogas y Alimentos (Food and Drug Administration) de los EE. UU. Todos estos medicamentos tienen efectos secundarios, por lo que deberán ser controlados de cerca por un médico. Generalmente, si un paciente no pierde al menos un 5 % de su peso inicial después de tomar una dosis completa del medicamento por 3 meses, debe detenerse el uso del medicamento y el médico debe decidir qué otros tipos de tratamiento pueden ayudar. Los medicamentos aprobados para tratamientos a largo plazo pueden provocar mejoras en algunos factores de riesgo de enfermedad cardíaca o diabetes, pero algunos medicamentos

aceleran el pulso o la presión arterial, y los pacientes con antecedentes de enfermedad cardíaca deben tomarlos con precaución. No han aparecido medicamentos para la obesidad que disminuyan el riesgo de presentar una enfermedad cardíaca o un accidente cerebrovascular. Las mujeres embarazadas o que planean quedar embarazadas no deben tomar medicamentos para la obesidad.


Manejo de expectativas

Es importante tener expectativas realistas al comenzar un tratamiento con medicamentos para la pérdida de peso. La cantidad de peso que se pierde es menor de lo que muchas personas esperan: un promedio de alrededor del 5 % al 10 % del peso inicial. No obstante, puede variar la forma en que las personas responden al medicamento, algunas pueden perder menos peso y otras mucho más. Al igual que otros medicamentos que se toman para afecciones crónicas, como la presión arterial alta, los medicamentos para la obesidad no dan resultado una vez que se interrumpen; por lo tanto, es probable que se recupere peso gradualmente después de discontinuar el fármaco. Consulte a su médico si tiene preguntas acerca de si los medicamentos para la pérdida de peso son adecuados para usted.

En una segunda Hoja para el Paciente sobre medicamentos para la pérdida de peso, se analizarán medicamentos específicos.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention)
www.cdc.gov/healthyweight/losing_weight/index.html
- Instituto Nacional de Diabetes y Enfermedades Digestivas y Renales (National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases)
www.niddk.nih.gov/health-information/health-communication-programs/win/Pages/default.aspx

 Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA anteriores, diríjase al enlace Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de JAMA en jama.com. Muchas están disponibles en inglés y en español.

Autora: Dra. Jill Jin, MPH

Fuentes: Yanovski SZ, Yanovski JA. Long-term drug treatment for obesity: a systematic and clinical review. *JAMA*. 2014; 311(1):74-86.
Wadden TA, Butryn ML, Hong PS, Tsai AG. Behavioral treatment of obesity in patients encountered in primary care settings: a systematic review. *JAMA*. 2014;312(17):1779-1791.
Apovian CM, Aronne LJ, Bessesen DH, et al. Pharmacological management of obesity: an Endocrine Society clinical practice guideline. *drug J Clin Endocrinol Metab*. 2015;100(2): 342-362.

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta Hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta Hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpressiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.