

Mitos y Realidades de los medicamentos para bajar de peso



¿Qué es la obesidad y sobrepeso?

El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud.

¿Cómo se puede medir?

Se puede utilizar el **índice de masa corporal (IMC)** el cual es un indicador simple de la relación entre el peso y la talla. Se calcula dividiendo el peso de una persona, en kilos, por el cuadrado de su talla, en metros (kg/m²). En adultos, la OMS define:



SOBREPESO
IMC igual o superior a 25



OBESIDAD
IMC igual o superior a 30

Tratamientos para la obesidad

El objetivo del tratamiento contra la obesidad es alcanzar y mantener un peso saludable. Esto mejora la salud en general y reduce el riesgo de desarrollar complicaciones relacionadas con la obesidad.



Cambios en la dieta



Ejercicio y actividad física



Cambios de hábitos



Medicamentos para la pérdida de peso



Procedimientos endoscópicos para la pérdida de peso



Cirugía para bajar de peso

10 Datos sobre los medicamentos para bajar de peso:

1. Los medicamentos para bajar de peso están pensados para usarse junto con una dieta, con ejercicio y con cambios en el comportamiento, no para reemplazarlos.
2. Únicamente el médico puede recetar medicamentos coadyuvantes para bajar de peso dependiendo de tu historial médico y los posibles efectos secundarios del medicamento.
3. Los medicamentos más comunes aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés) para el tratamiento de la obesidad incluyen:
 - Bupropión-naltrexona (Contrave)
 - Liraglutida (Saxenda)
 - Orlistat (Alli, Xenical)
 - Fentermina-topiramato (Qsymia)
4. Es posible que los medicamentos para la pérdida de peso no funcionen para todas las personas y que sus efectos disminuyan con el tiempo.
5. Cuando dejes de tomar un medicamento para la pérdida de peso, es posible que recuperes una gran parte del peso que perdiste o todo.
6. El éxito de la pérdida de peso depende de tu compromiso para hacer cambios en tus hábitos de alimentación y ejercicio.
7. El médico puede considerar el uso de un medicamento para bajar de peso si no has podido bajar de peso con dieta y ejercicio.
8. Los medicamentos de venta bajo receta médica para perder peso, aprobados para su uso a largo plazo (más de 12 semanas) producen una pérdida de peso significativa en comparación con el placebo.
9. Los efectos secundarios leves, como náuseas, constipación o diarrea, son comunes.
10. Se pueden presentar efectos secundarios graves, pero son muy raros.
11. Los medicamentos para bajar de peso pueden ser caros y no siempre están cubiertos por el seguro.
12. Muchas personas recuperan parte del peso que perdieron cuando dejan de tomar los medicamentos mencionados. Sin embargo, adoptar hábitos de vida saludables puede ayudar a limitar el aumento de peso.
13. Los medicamentos para perder peso no son una solución sencilla para adelgazar. Pero pueden ayudarte a realizar los cambios que se necesitan.
14. Únicamente un médico con Cedula Profesional puede recetar medicamentos para bajar de peso.

Bibliografía

- **Organización Mundial de la Salud, (WHO).** <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight#:~:text=En%20el%20caso%20de%20los,igual%20o%20superior%20a%2030.>
- **Mayo Clinic** <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/obesity/diagnosis-treatment/drc-20375749>
<https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/weight-loss/in-depth/weight-loss-drugs/art-20044832>



LOCKTON[®]

UNCOMMONLY INDEPENDENT