

FÁRMACOS CONTRA LA OBESIDAD

Carlos Mateos

Quienes no han sufrido en sus carnes la carga del exceso de kilos identifican la obesidad con el exceso de alimentación y, por tanto, consideran que para adelgazar basta con comer menos. Pero para quienes lo conocen, un 13 por ciento de la población española, el problema es mucho más complejo, tanto que muy pocos lo consiguen y mucho menos por sí solos.

Se considera obesidad cuando el Índice de Masa Muscular (IMC), es decir el peso en kilos dividido entre la altura en metros al cuadrado, es igual o superior a 30. En ese caso, los endocrinos recomiendan adoptar, junto con el médico, un programa de pérdida de peso basado en una restricción calórica moderada, un aumento de la actividad física y tratamiento farmacológico. Para el doctor Pedro de Pablos, jefe de Sección de Endocrinología del Hospital Doctor Negrín de Gran Canaria, con el tratamiento farmacológico se consigue una mayor eficacia y supone una ayuda positiva para modificar los cambios en el estilo de vida necesarios para obtener una pérdida de peso adecuada. Con los fármacos “se refuerza la eficacia de las otras medidas adoptadas ya que, solamente con dieta y con actividad física muchos pacientes se estancan, se desilusionan y abandonan el programa”. Y es que, además de bajar peso, “va a reforzar más la actitud del paciente ante el tratamiento y ayudarle a conseguir un cambio saludable”.

Para el tratamiento de la obesidad, según el doctor Basilio Moreno, presidente de la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (SEEDO), “afortunadamente hoy en día disponemos de dos preparados científicamente probados, (sibutramina y orlistat) autorizados por el Ministerio de Sanidad Español y la Comunidad Europea, seguros y avalados por ensayos clínicos. Ninguno de ellos, advierte, supone una panacea y lo que

ayudan a conseguir son pérdidas moderadas de peso. Pérdidas de entre un 10 y un 20% del peso inicial, que no siempre es lo que espera el paciente. De hecho, según una encuesta del laboratorio Abbot en nueve países europeos, la mayoría de los encuestados aspiraba a mermas superiores al 20 por ciento. Sin embargo, dejar atrás unos pocos kilos tiene un impacto muy positivo sobre la tensión arterial, el control de los lípidos, el control del azúcar en pacientes diabéticos y en la sensación de bienestar. Además, tan importante como la reducción del peso es mantenerlo, añade el doctor Moreno, a lo que contribuyen estos medicamentos. En la citada encuesta, el 61 por ciento de quienes abandonaban un régimen de adelgazamiento no sólo recuperaron enseguida el peso sino que acabaron incrementándolo.

La indicación de estos fármacos es para el tratamiento de la obesidad y del sobrepeso (27 de IMC) con factores de riesgo asociados, como hipertensión. Sus mecanismos de acción son distintos: uno actúa sobre la sensación de saciedad y otro sobre la eliminación de las grasas.

Sibutramina (Reductil) es entre 3 y 5 veces más eficaz que la dieta y el ejercicio por sí solos. Según se desprende de los trabajos llevados a cabo con sibutramina en España, consigue que, tras seis meses de tratamiento, el 93 % de los pacientes pierda más del 5% del peso inicial,

mientras que el 54% consigue reducir hasta un 10%, lo que significa una reducción media de entre 10,4 y 13,5 kilos, que se mantiene a largo plazo.

Por otra parte, sibutramina también consigue beneficios en pacientes con factores de riesgo asociados. Tal es el caso de los diabéticos que no sólo experimentan una reducción importante de peso, sino además un descenso en los niveles de glucosa sérica en ayunas, un aumento del colesterol HDL y un descenso en los niveles de triglicéridos y de colesterol LDL. Por su parte, en el caso de los dislipidémicos, mejora su perfil lipídico.

“Reductil (sibutramina)”, explica el presidente de la SEEDO, “bloquea la recaptación de serotonina y noradrenalina –dos neurotransmisores-, lo que se traduce en un doble mecanismo de acción. Por un lado, el efecto sobre la recaptación de serotonina ayuda al paciente a comer menos, ya que éste se siente lleno mas rápidamente; por otro, el efecto sobre la recaptación de noradrenalina, ayuda al paciente a mantener el gasto energético, ya que disminuye el descenso adaptativo de la tasa metabólica en reposo que se produce al perder peso”.

Orlistat (Xenical), por su parte, actúa bloqueando un enzima (lipasa pancreática) que se encuentra en el intestino y que rompe los ácidos grasos para que se puedan absorber. De esta forma, hace pasar un tercio de las grasas por el intestino hacia las heces, sin que se puedan absorber. Se ha demostrado que la administración de orlistat junto con una dieta equilibrada hace que sea el doble de efectiva esta última sola en el control del peso. Llega a reducir un 30% de la absorción de las grasas. La pérdida de peso, en los estudios clínicos, ha llegado al 20% y de la grasa corporal en un 16%. Esta pérdida se mantiene en un 50% al año de haber suspendido el tratamiento. No obstante, al margen de la

dieta su efecto es limitado. Un informe del Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos cifraba la media de peso que lograba perder al margen de la dieta de entre 3 y 4 kilos al año.

Además, los ensayos clínicos han mostrado una reducción del riesgo de desarrollar diabetes tipo 2, hiperlipidemia (colesterol elevado) e hipertensión.

APARTADOS

EFFECTOS SECUNDARIOS

Reductil

- Sequedad bucal.
- Ocasionales dolores de cabeza.

Xenical

- Molestias de estómago.
- Diarrea, parte de ella por el aumento de las grasas en las heces. Para compensarlo se recomienda tomar un complejo vitamínico como suplemento, ya que algunas vitaminas liposolubles no se pueden absorber.
- Han aparecido casos de cáncer de mama más frecuentemente de lo habitual en mujeres tomando Xenical, aunque no son datos concluyentes.

HORMONA REVOLUCIONARIA

La prestigiosa revista *New England Journal of Medicine* acaba de publicar un estudio sobre una hormona que puede revolucionar el tratamiento de la obesidad y el sobrepeso. Se trata de la PYY, una hormona que se encuentra de

forma natural en el intestino y que con una sola infusión de la misma hace que las personas coman menos por el resto del día, con independencia de si están delgados o gordos. La reducción media en la ingesta de alimento era del 30 por ciento. A pesar de que el estudio se llevó a cabo con muy pocos voluntarios, todos se vieron afectados. Aún tiene que demostrarse que ese efecto logre una pérdida de peso, aunque los investigadores confían en ello.

MEDICAMENTOS PARA EL SOBREPESO

A menudo el exceso de kilos aparece junto con otras enfermedades físicas o psíquicas, como ansiedad, estreñimiento, retención de líquidos, hipertensión, etc., por lo que los médicos no se limitan a recetar los dos fármacos aprobados para la obesidad, sino también administran antidepresivos, laxantes, diuréticos, e incluso anorexígenos. Por otra parte, cuando se trata de tan solo un sobrepeso en una persona sana existen diversos medicamentos de venta libre en farmacia, pero registrados como tal, que han probado una eficacia en la reducción del peso, los cuales la mayoría son de origen natural. Éstas son algunas de las plantas que suelen contener:

Té verde

La *Camelia sinensis* o té verde constituye una de las plantas medicinales más comunes en el tratamiento del sobrepeso y una de las más estudiadas. El mecanismo de acción de esta planta es doble. Por un lado incrementa el gasto energético, a través de la temperatura corporal, y por otra dificulta la absorción de las grasas.

Glucomanano

El Glucomanano es un tubérculo originario de Asia y rico en fibra que

“puede absorber más de 100 veces su peso en agua, formando en el estómago un gel no digerible que provoca una disminución del apetito. Para que se produzca este efecto es necesario ingerir una cantidad importante de agua.

Garcinia cambogia

Se trata de una planta que dificulta la acumulación de grasas. Uno de sus componentes, el ácido hidroxicítrico (AHC) inhibe una enzima encargada de transformar el exceso de glucosa en grasas y colesterol. También se ha observado que este ácido provoca una disminución del apetito. La Garcinia se encuentra especialmente recomendada en el mantenimiento de peso, una vez eliminado el exceso de kilos.