



DIMAGRIRE

3- FARMACI E ALTRI PRODOTTI PER LA PERDITA DI PESO

Medicinali per la perdita di peso

Possono essere utili se utilizzati in combinazione con dieta, esercizio fisico e modifiche dello stile di vita.

E' importante non solo conoscere rischi/benefici, ma anche essere realistici sul raggiungimento del peso ideale. Ciò che si può certamente ottenere è ridurre il rischio di diabete o di malattie cardiache.

Farmaci per la perdita di peso sono raccomandati per persone che non sono state in grado di perdere peso con dieta ed esercizio fisico, e che hanno:

- BMI ≥ 30
- BMI tra 27 e 29,9 e problemi medici, quali diabete, ipercolesterolemia o ipertensione, e che non sono riuscite a raggiungere gli obiettivi di perdita di peso con dieta ed attività fisica

Orlistat - (Xenical, capsule da 120 mg) riduce l'assorbimento dei grassi dal cibo introdotto con i pasti. Una versione a basso dosaggio è disponibile senza prescrizione medica (Alli, capsule da 60 mg). Il farmaco è consigliato tre volte al giorno, e va assunto con il pasto; si può saltare la dose se il pasto non contiene grassi o si digiuna.

Dopo un anno di trattamento con Orlistat, la perdita media di peso è di circa 5,3 kg o 8-10 % del peso corporeo iniziale. I livelli di colesterolo migliorano e la pressione sanguigna tende a ridursi. Nelle persone con diabete, Orlistat aiuta a controllare i livelli di zucchero nel sangue.

Effetti collaterali si verificano nel 10-15 % delle persone, e comprendono crampi allo stomaco, gas, diarrea, perdita di feci, o feci oleose. Tali effetti sono frequenti se il farmaco è assunto con un pasto ad alto contenuto di grassi, mentre si riducono se i lipidi sono presenti in quantità modesta. In casi molto rari sono stati segnalati gravi danni epatici in soggetti in cura con Orlistat; tuttavia, i dati a disposizione non confermano con certezza che la causa sia da ricercare nel farmaco.

Lorcaserin - (Belviq, non disponibile in Italia). E' un prodotto che riduce l'appetito e, di conseguenza, il peso corporeo; sembra avere efficacia simile ad Orlistat. Dopo un anno di trattamento, la perdita media di peso media è di circa 5,8 kg. Effetti avversi si verificano nel 7-18% di soggetti in trattamento e comprendono mal di testa, infezioni delle vie respiratorie superiori, rinofaringite, vertigini e nausea.

La dose raccomandata è di 10 mg due volte al giorno, assunta con o senza cibo. La risposta alla terapia deve essere valutata alla 12^a settimana. Lorcaserin va sospeso se, nel periodo, i pazienti non perdono il 5 per cento del proprio peso.

Lorcaserin non deve essere utilizzato

- In pazienti con ridotta funzionalità renale (clearance della creatinina < 30 ml/min).
- In gravidanza
- In associazione a farmaci con particolari caratteristiche (serotoninergici)

Fentermina-topiramato a lento rilascio (Qsymia compresse). Fentermina riduce l'assunzione di cibo provocando sazietà precoce. Topiramato è utilizzato per la prevenzione di emicrania ed epilessia. Nell'arco di un anno, la combinazione fentermina-topiramato a rilascio prolungato fa perdere 8-10% del peso corporeo (circa 10 kg).

La dose iniziale di fentermina-topiramato è 3,75-23 mg per 14 giorni, seguiti da 7,5-46 mg nei giorni successivi. Se dopo 12 settimane non si raggiunge una perdita di peso del 3%, la dose può essere aumentata a 11,25-69 mg per 14 giorni, e poi a 15-92 mg al giorno. Se, utilizzando la dose più alta, nell'arco di 12 settimane non si perde il 5 per cento del peso corporeo, fentermina-topiramato deve essere gradualmente interrotto in quanto la brusca sospensione di topiramato può causare convulsioni. Le donne in età fertile, prima di iniziare il trattamento e poi mensilmente, devono effettuare un test di gravidanza.



Gli eventi avversi più comuni sono secchezza delle fauci, costipazione, parestesie, aumento della frequenza cardiaca . Inoltre, vi è un aumento dose-correlato di incidenza di disturbi psichiatrici (depressione, ansia) e cognitivi (disturbi dell'attenzione). Fentermina-topiramato è controindicato in gravidanza, in quanto può aumentare il rischio di schisi oro-facciale in neonati esposti al farmaco durante il primo trimestre di gestazione. E' inoltre da evitare in pazienti con malattie cardiovascolari (ipertensione o malattia coronarica), mentre può essere utilizzato in donne obese in post-menopausa, in uomini senza malattia cardiovascolare e in coloro che non tollerano Orlistat o Lorcaserin.

Integratori alimentari

Sono ampiamente utilizzati da persone che vogliono perdere peso, tuttavia, nessun integratore citato nell'elenco sottostante è raccomandato in quanto, ad oggi, non vi sono sufficienti prove che ne definiscano sicurezza ed efficacia.

- Chitosano e destrine di frumento sono inefficaci
- Efedra è un composto correlato ad efedrina. Anche se alcuni studi hanno dimostrato che efedra è efficace per la perdita di peso, può tuttavia provocare effetti collaterali gravi (sintomi psichiatrici, palpitazioni e disturbi di stomaco) ed anche la morte
- Prodotti quali Cromo, Ginseng, Glucomannano, the verde, acido idrossicitrico, L-carnitina, Psyllium, integratori di piruvato, erba di San Giovanni, acido linoleico coniugato, non sono consigliati per l'insufficiente dimostrazione di efficacia e di sicurezza
- Due integratori provenienti dal Brasile, EmagreceSim (conosciuta anche come pillola della dieta brasiliana) e Herbathin contengono principi attivi reperibili in commercio
- HoodiaGordonii è un integratore alimentare derivato da una pianta del Sud Africa. Non è raccomandato in quanto non vi sono prove che sia sicuro o efficace
- Arancio amaro (Citrus aurantium) può aumentare la frequenza cardiaca e la pressione sanguigna e non è raccomandato
- Gonadotropina corionica umana è un preparato ormonale simile all'ormone luteinizzante; viene somministrato per iniezione. Diversi studi hanno dimostrato che l'efficacia è uguale a quella di un placebo; il preparato non è, pertanto, raccomandato



RIFERIMENTI: <http://www.uptodate.com>

PROGETTO: "ELISA. Educare e informare sulla salute". Aggiornamento: gennaio 2015.

TRADUZIONE: Giovanna De Filippi

NOTE: Questo documento ha solo valore informativo e non intende sostituire quanto affermato dal medico. Inoltre, come ogni documento, richiede un aggiornamento periodico.