



PIERDEREA ÎN GREUTATE

3- MEDICAMENTE ȘI ALTE PRODUSE PENTRU SLĂBIRE

Medicamente pentru slăbire

Pot fi utile dacă sunt utilizate în combinație cu: dietă, exerciții fizice și modificări ale stilului de viață.

Este important nu doar să se cunoască riscurile și beneficiile, dar și să se aibă o atitudine realistă în ce privește scăderea în greutate până la atingerea greutății ideale. Ceea ce se poate obține este, cu siguranță, o reducere a riscului de diabet și de boli cardiace.

Medicamentele pentru slăbire sunt recomandate persoanelor care nu au reușit să slăbească prin dietă și exercițiu fizic, și care au:

- BMI ≥ 30
- BMI între 27 - 29,9 și probleme medicale cum ar fi: diabet, hipercolesterolemie sau hipertensiune

Orlistat - (Xenical, capsule de 120 mg) reduce absorbirea grăsimilor administrate prin mâncare. O versiune cu dozaj redus este disponibilă fără prescripție medicală (Alli, capsule de 60 mg). Medicamentul este recomandat de 3 ori pe zi și trebuie înghițit în timpul mesei; se poate renunța la pastilă dacă mâncarea de la masa respectivă nu conține grăsimi sau dacă se sare peste o masă.

După un an de tratament cu Orlistat, media de slăbire este de circa 5,3 kg o 8-10 % din greutatea corporală inițială. Nivelul colesterolului se îmbunătățește iar tensiunea scade. La persoanele cu diabet, Orlistat ajută la controlarea nivelului de zahăr în sânge.

Efecte colaterale se pot verifica în 10-15 % dintre persoane și cuprind crampe la stomac, gaze intestinale, diaree sau scaune uleioase. Astfel de efecte sunt frecvente dacă medicamentul este administrat împreună cu alimente care au un conținut ridicat de grăsimi, în timp ce se reduc dacă alimentele conțin o cantitate modestă de grăsimi. În cazuri foarte rare au fost semnalate grave probleme hepatice la pacienți în cură cu Orlistat; totuși, datele la dispoziție nu confirmă cu certitudine faptul că au fost determinate de tratamentul cu acest medicament.

Lorcaserin - (Belviq, nu este disponibil în Italia) Este un produs care reduce apetitul și, în consecință, și greutatea corporală; pare să aibă eficacitate similară cu cea obținută prin Orlistat. După un an de tratament, media de slăbire este de circa 5,8 kg. Efecte colaterale se verifică la 7 - 18 % dintre subiecții în tratament și cuprind dureri de cap, infecții ale căilor respiratorii superioare, rinofaringite, amețeli și senzație de vomă.

Doza recomandată este de 10 mg de două ori pe zi, luate cu sau fără alimente. Răspunsul la tratament trebuie să fie evaluat după a 12 a săptămână. Lorcaserin trebuie suspendat dacă, în această perioadă, pacientul nu pierde măcar 5% din propria greutate. Lorcaserin nu trebuie utilizat de:

- Pacienți cu o redusă funcționalitate renală (clearance a creatininei < 30 ml/min).
- Pe perioada sarcinii
- În combinație cu medicamente particulare (serotoninerģici)

Fentermina - topiramat cu eliberare lentă (Qsymia comprese). Fentermina reduce absorbirea alimentelor provocând senzație de sațietate precoce. Topiramatul este utilizat pentru prevenirea emicraniei și a epilepsiei. Pe perioada unui an, combinația celor două medicamente ajută la pierderea a 8-10 % din greutatea corporală (circa 10 kg).

Doza inițială de fentermină-topiramat e de 3,75-23 mg pentru 14 zile, apoi 7,5-46 mg în zilele următoare. Dacă după 12 săptămâni nu se ajunge la o scădere în greutate de 3%, doza poate fi ridicată la 11,25-69 mg pentru 14 zile, apoi la 15-92 mg zilnic. În cazul în care, utilizând doza cea mai mare timp de 12 săptămâni nu se obține o scădere în greutate de 5%, dozele de fentermină-topiramat trebuie reduse în mod gradual dat fiind că brusca suspendare a topiramatului poate provoca convulsii. Femeile aflate la o vârstă fertilă, înainte de a începe tratamentul, iar apoi lunar, trebuie să facă un test de sarcină.



Efectele colaterale cele mai comune sunt gură uscată, constipație, amorțeli, creșterea frecvenței cardiace. În plus, creșterea dozei poate determina cazuri de dereglări psihiatrice (depresie, anxietate) și cognitive (dereglări de atenție).

Fentermina-topiramata este contraindicat pe perioada sarcinii, dat fiind că poate crește riscul de displazie orofacială (deschizături în conformația feței, tip „buza de iepure”) la nou-născuții expuși la acest medicament pe perioada primului trimestru de viață intrauterină. Este de evitat, de asemenea, de către pacienții cu boli cardiovasculare (hipertensiune sau boli coronariene), în timp ce poate fi utilizat de femei obeze în post-menopauză, de bărbați fără boli cardiovasculare și de persoane care nu tolerează Orlistat sau Lorcaserin.

Integratoare alimentare

Sunt foarte utilizate de către persoanele care vor să slăbească; totuși, nici un integrator citat mai jos nu este recomandat deoarece, până acum, nu există suficiente probe care să le certifice siguranța și eficiența.

- Chitosan și dextrină de grâu sunt ineficiente
- Efedra e un compus înrudit cu efedrina. Chiar dacă anumite studii au demonstrat că efedra este eficientă în scăderea în greutate, poate, cu toate acestea, să provoace efecte colaterale grave (simptome psihiatrice, palpitații și dereglări ale stomacului) și chiar moartea.
- Produse cum sunt Cromo, Ginseng, Glucomannano, ceai verde, acid hidroxicitric, L-carnitina, Psyllium, integratoare de piruvat, iarba lui San Giovanni, acidul linoleic conjugat, nu sunt recomandate datorită probelor insuficiente în ce privește siguranța și eficiența.
- Două integratoare care provin din Brasilia, Emagrece Sim (cunoscută și ca pilula dietei braziliene) și Herbathin conțin principii active disponibile în comerț
- Hoodia Gordonii este un integrator alimentar derivat dintr-o plantă din Sud Africa. Nu este recomandat deoarece nu există probe că ar fi sigur și eficient
- Portocala amară (Citrus aurantium) poate mări frecvența cardiacă și tensiunea, deci nu este recomandată.
- Gonadotropina corionică umană este un preparat hormonal similar cu hormonul luteinizant; este administrat prin injectare. Diverse studii au demonstrat că eficacitatea sa este identică cu cea a unui placebo; preparatul nu este, în concluzie, recomandat.



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

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

TRADUZIONE: Mirela Rău

NOTĂ: Acest document are doar valoare informativă și nu intenționează să substituie sfaturile medicului dumneavoastră. De asemenea, la fel ca oricare alt document, are nevoie de o actualizare periodică.