

Hable sobre los medicamentos con su médico. Los medicamentos actuales se pueden ajustar para minimizar el aumento de peso. Considere la posibilidad de agregar medicamentos para perder peso a los cambios que adoptará en su estilo de vida.

¿Es posible que los medicamentos que tomo actualmente estén causando mi aumento de peso?

Es posible que algunos de los medicamentos que toma para otras afecciones hagan que aumente de peso. Por ejemplo, ciertos antidepresivos y otros medicamentos psiquiátricos pueden provocar el aumento de peso.

Otros ejemplos incluyen los siguientes:

- Ciertos medicamentos para afecciones cardíacas
- Anticonceptivos
- Esteroides
- Algunos tratamientos para la diabetes

En la mayoría de los casos, es posible que el médico le ofrezca un medicamento alternativo para tratar su afección sin causarle tanto aumento de peso. Revise con su médico la lista de medicamentos que toma en la actualidad.



"Me siento mejor y pude perder 10 libras después de que mi médico ajustara mis medicamentos".

¿Necesito estos medicamentos?

Generalmente, se recetan medicamentos para tratar la obesidad en los siguientes casos:

- Si usted tiene un índice de masa corporal (IMC) de 30 kg/m² o mayor, o
- Si tiene un IMC de 27 kg/m² o mayor con afecciones de salud subyacentes, como diabetes, hipertensión o apnea del sueño.

No se deben usar medicamentos contra la obesidad en mujeres embarazadas o que deseen quedar embarazadas.

¿Cómo funciona el medicamento contra la obesidad para ayudarme a perder peso?

Se debe considerar la posibilidad de recurrir a medicamentos para tratar la obesidad si usted no ha podido cumplir sus objetivos de pérdida de peso solo con cambios en el estilo de vida. Estos medicamentos afectan la forma en que el cuerpo absorbe la grasa, suprimen el apetito, aumentan su sensación de saciedad después de comer y la mantienen alta durante más tiempo.



¿Qué puedo esperar cuando empiece a tomar estos medicamentos?

Los medicamentos deben acompañarse con cambios saludables en el estilo de vida, como el aumento de la actividad física y una dieta reducida en calorías.

En general, si toma medicamentos contra la obesidad, puede esperar perder entre el 5% y el 10% de su peso corporal total. Por ejemplo, alguien que pesa 200 libras podría esperar perder entre 10 y 20 libras. Estos medicamentos están destinados a utilizarse a largo plazo. Es probable que recupere peso si deja de tomarlos.



¿Cuáles son los diferentes tipos de medicamentos contra la obesidad?

Actualmente, hay cinco medicamentos recetados que sirven para tratar la obesidad. Cuando decidan con su médico cuál es el mejor para usted, deben tener en cuenta lo siguiente:

- Cualquier afección subyacente u otros factores que hagan que un determinado medicamento no sea ideal para usted
- Los objetivos que espera cumplir tomando el medicamento, como reducir los antojos o comer porciones más pequeñas
- Consideraciones de costos y seguro
- Preferencia por un medicamento tomado por vía oral frente a uno inyectable
- Preferencia por un medicamento que tome una vez al día frente a otro que se tome antes de cada comida

¿Cuáles son los efectos secundarios?

Los efectos secundarios dependen del medicamento específico y pueden incluir los siguientes:

- Malestares estomacales, como diarrea o gases
- Arritmia
- Estreñimiento
- Sequedad bucal
- Mareos
- Insomnio

¿Qué más debo saber?

- Encontrar el medicamento adecuado para usted puede llevar tiempo y, ocasionalmente, deberá probar más de un tipo.
- Asegúrese de recibir asesoramiento nutricional de un dietista registrado y de hacer terapia para abordar cualquier problema de alimentación relacionado con lo emocional.

- Tomar medicamentos contra la obesidad no es el camino fácil. Los medicamentos pueden darle un empujón en el proceso de pérdida de peso. Además, puede mejorar sus resultados con cambios de estilo de vida sostenibles.



Pregúntele a su médico:

- ¿Es posible que los medicamentos que tomo actualmente estén contribuyendo a mi aumento de peso?
- ¿Debo tomar medicamentos para tratar la obesidad?
- ¿Qué medicamento es adecuado para mí?
- ¿Cuáles son los efectos secundarios?
- ¿El seguro cubre el medicamento?
- ¿Cuál es el costo mensual estimado de este medicamento?
- ¿Qué otras cosas debo hacer para garantizar la pérdida de peso?
- ¿Necesito realizar consultas de seguimiento con regularidad?

Notas:

Para obtener más información, visite:

Instituto Nacional de Diabetes y Enfermedades Digestivas y Renales (*National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases*):

www.niddk.nih.gov/health-information/weight-management/prescription-medications-treat-overweight-obesity