



**Agonistas del receptor GLP-1 (ejemplos: liraglutida y semaglutida)
- Melanie Cree, MD, PhD**

¿Para qué sirven estos medicamentos?

Estos medicamentos se desarrollaron en un principio para tratar la diabetes, pero también se ha demostrado que tienen un efecto significativo en la pérdida de peso.

¿Cómo actúan?

Actúan afectando a una hormona del organismo que provoca una disminución del apetito, de la ingesta de alimentos y de la velocidad de vaciado del estómago en el intestino delgado.

Estos medicamentos pueden ayudarle a:

- Sentir menos hambre
- Disminuir la ansiedad por la comida
- Aumentar la sensación de control sobre los hábitos alimentarios

Como todos los medicamentos para perder peso, estos fármacos funcionan mejor en combinación con una nutrición sana, actividad física y sueño.

Si me comunico con mi compañía de seguros para preguntar por la cobertura, ¿qué debo decir?

- Inyección diaria: "¿Cubre mi plan específico Saxenda para la indicación de obesidad?"
- Inyección semanal: "¿Cubre mi plan específico Wegovy para la indicación de obesidad?"
- Inyección semanal: "¿Cubre mi plan específico Zepbound para la indicación de obesidad?"

¿Cómo debo tomar estos medicamentos?

Estos medicamentos se administran mediante una pequeña inyección bajo la piel ("subcutánea") una vez al día o una vez a la semana. A continuación se indica la dosis habitual, pero siga las instrucciones de su médico para su plan específico.

- Liraglutida (nombre comercial: Saxenda), por vía subcutánea, diaria
 - o Semana 1: 0.6 mg todos los días
 - o Semana 2: 1.2 mg todos los días
 - o Semana 3: 1.8 mg todos los días
 - o Semana 4: 2.4 mg todos los días
 - o Semana 5 en adelante: 3.0 mg todos los días o la dosis máxima tolerada

Nota: La dosis diaria puede repartirse entre varias plumas inyectoras. Hable de ello con su equipo médico o proveedor de atención médica. En Saxenda encontrará instrucciones y un video sobre la técnica para ponerse las inyecciones: www.saxenda.com

- Semaglutida (nombre comercial: Wegovy), por vía subcutánea, semanal.
 - o Semana 1-4: 0.25 mg una vez por semana
 - o Semana 5-8: 0.5 mg una vez por semana
 - o Semana 9-12: 1 mg una vez por semana
 - o Semana 13-16: 1.7 mg una vez por semana
 - o Semana 17 en adelante: 2.4 mg una vez por semana o la dosis máxima tolerada

En Wegovy encontrará instrucciones y un video sobre la técnica para ponerse las inyecciones:
www.wegovy.com



• Tirzepatida (nombre comercial: Zepbound), subcutánea, semanal

- o Semana 1-4: 2.5 mg una vez a la semana
- o Semana 5-8: 5 mg una vez a la semana
- o Semana 9-12: 7.5 mg una vez a la semana
- o Semana 13-16: 10 mg una vez Semanal
- o Semana 17-20: 12.5 mg una vez a la semana
- o Semana 21 en adelante: 15 mg una vez a la semana o la dosis máxima tolerada

Por favor, visita Zepbound para obtener instrucciones y un vídeo sobre la técnica para administrarte inyecciones:

www.zepbound.lilly.com/

¿Qué pasa si me olvido de tomar una dosis?

Liraglutida:

- Si se olvida una dosis, vuelva a empezar al día siguiente. No se debe tomar una dosis adicional o aumentar la dosis para compensar la dosis que se olvidó de tomar.
- Si han pasado más de 3 días desde la última dosis, consulte a su médico sobre cómo volver a tomar el medicamento.

Semaglutida y Tirzepatida:

- Si se olvida una dosis y faltan más de 2 días (48 horas) para la siguiente, tómese la dosis olvidada cuando se acuerde.
- Si olvida una dosis, y la siguiente dosis programada está a menos de 2 días (48 horas), no administre la dosis. Tome la siguiente dosis el día programado.
- Si se olvida de tomar 2 o más dosis, tome la siguiente dosis en el día programado regularmente o llame a su proveedor de atención médica para hablar sobre cómo reiniciar debido a los posibles efectos secundarios.

¿Son seguros estos medicamentos?

Para la pérdida de peso, tanto la liraglutida como la semaglutida están aprobadas por la FDA a partir de los 12 años. Esta clase de medicamentos también está aprobada para las personas que padecen diabetes. Como con cualquier medicamento, puede tener efectos secundarios. Otras cosas más graves que pueden ocurrir son reacciones alérgicas, tumores de tiroides, pancreatitis, problemas de vesícula biliar, problemas renales y empeoramiento de la depresión.

Efectos secundarios comunes de los medicamentos GLP-1

Si alguno de estos efectos secundarios le preocupa mucho, infórmele a su equipo médico.

Estreñimiento

Usar medicamentos GLP-1RA, como Wegovy/Ozempic, Zepbound/Monjauro o Trulicity, puede causar síntomas de estreñimiento, como evacuaciones intestinales menos frecuentes o heces más duras y difíciles de expulsar. Si presenta estos síntomas, puede intentar lo siguiente:

- 1) Beber suficiente agua. Debe beber al menos 1 litro de líquido al día.
- 2) Puede probar un medicamento llamado Miralax, de venta libre. Empiece mezclando 1/2 tapón del polvo (hay una línea en el interior del tapón del frasco) en 237 ml de agua o una bebida sin azúcar con sabor, como Crystal Light, una vez al día. Puede aumentar la dosis hasta 1 tapón al día si es necesario. Si sigues teniendo problemas con una cápsula al día, informe a su equipo médico.
- 3) Si no puede evacuar y empieza a tener dolor de estómago, póngase en contacto con su equipo médico.



Acidez estomacal u otros síntomas de reflujo ácido:

El uso de un medicamento GLP1RA, como Wegovy u Ozempic, puede causar acidez estomacal. Esto se debe a que el medicamento prolonga la permanencia de los alimentos en el estómago.

1) Modificación de la dieta: Los alimentos que causan acidez estomacal varían según la persona. Debe evitar los alimentos asociados con los síntomas, según se determine mediante pruebas con alimentos individuales. Las opciones incluyen:

- Evite los alimentos que tienden a inducir el reflujo, relajando el músculo de la parte superior del estómago para permitir que los alimentos suban, como el chocolate, la menta y las bebidas con cafeína.
- Evite los alimentos ácidos, como las bebidas de cola, el jugo de naranja y la salsa de tomate.
- Evite los alimentos altos en grasas.

2) Cambios en el estilo de vida:

- Posición: Evite acostarse boca arriba poco después de comer.
- Salivación: Promueva la salivación masticando chicle o usando pastillas para la boca. La salivación neutraliza el ácido refluído, lo que aumenta la velocidad de depuración ácida esofágica.
- Alcohol, tabaco y vapeo: Evite el alcohol y el tabaco (incluida la exposición pasiva al humo del tabaco). Las sustancias que contienen nicotina reducen la presión del esfínter esofágico inferior, y fumar también disminuye la salivación.

3) Medicamentos:

- El uso ocasional de antiácidos como los antiácidos transdérmicos (TUMS) es aceptable para el alivio a corto plazo de los síntomas.
- Si presenta síntomas a diario y ha modificado su alimentación, puede tomar un medicamento para la acidez estomacal a diario. Empezar con famotadina, que se vende como Pepcid o Pepcid AC.
- Si persisten los síntomas con los cambios de alimentación y Pepcid a diario, puede cambiar a un medicamento más potente para la prevención y el tratamiento de la acidez estomacal, como omeprazol (Prilosec - caja morada) o lansoprazol (Prevacid - caja rosa y verde azulado). Las marcas genéricas son adecuadas. Se recomienda tomar una pastilla al día con la primera comida del día.

Náuseas/Vómitos:

Estos síntomas empeoran después de la primera inyección de una nueva dosis alta. Normalmente comienzan entre 12 y 24 horas después de la inyección y duran un par de días. La mayoría de las personas experimentan una mejoría con el tiempo. Algunos consejos para ayudar a controlar esto.

1) Horario: Considera administrarte la inyección un viernes para que, si presentas estos efectos secundarios, no se presenten mientras estás en la escuela o el trabajo.

2) Alimentación: No se salte comidas. Comer pequeñas cantidades puede ayudar a aliviar las náuseas.

3) Medicamentos: Algunas personas necesitan un poco de Zofran, un medicamento para las náuseas. Si siente que tiene mucha dificultad, infórmesele a su equipo médico.

4) Bebida: Si tiene mucha dificultad para ingerir o retener líquidos, y su orina es de color amarillo oscuro, llame a su equipo médico.