Trattamento dell’obesità negli adulti

Data 04 febbraio 2024
Categoria metabolismo

Una review di JAMA ha riassunto le attuali terapie disponibili per il trattamento dell’obesità negli adulti.

Un’ interessante review pubblicata da JAMA fa il punto sulle attuali strategie per il trattamento dell’obesità negli adulti. Ne faremo una breve sintesi. L’obesità è un grave problema che, secondo la review, colpisce oltre il 40% degli adulti negli USA ed è associata a molteplici problemi di salute tra cui diabete di tipo 2, ipertensione, patologie cardiovascolari, artrosi, riduzione dell’aspettativa di vita. Una perdita di circa il 5-10% del peso si associa a una riduzione della pressione arteriosa negli ipertesi e dell’emoglobina glicata nei diabetici di tipo 2.
Il trattamento comprende anzitutto cambiamenti sullo stile di vita basati su una dieta ipocalorica e sulla pratica di una costante attività fisica che possono portare a una riduzione del peso corporeo iniziale del 5-10%. Alcuni farmaci (come per esempio gli antidepressivi) e alcuni antidiabetici (per esempio insulina) possono causare aumento del peso quindi il loro uso dovrebbe essere valutato attentamente negli obesi.
Attualmente la FDA ha approvato per il trattamento dell’obesità gli agonisti del GLP-1 (semaglutide e liraglutide), la tirzepatide (che oltre ad essere un agonista del GLP-1 è anche un agonista del GIP), l’orlistat, l’associazione naltrexone-bupropione e l’associazione fentermina-topiramato. Con i farmaci si può ottenere un’importante riduzione del peso corporeo (che per tirzepatide può arrivare a circa il 20%).
Le procedure endoscopiche (per esempio la sleeve gastroplasty e il palloncino intragastrico) comportano una perdita di circa il 10% e più del peso corporeo.
La chirurgia bariatrica (by-pass gastrico e sleeve gastrectomy endoscopica) sono le procedure indicate per i casi più gravi e non responsivi alla terapia conservativa e possono portare a una perdita del peso che può arrivare al 30%.
Un ultimo punto sottolineato dalla review è che il mantenimento della perdita del peso, è difficile nel lungo periodo: nei casi in cui il paziente non riesca a mantenere il peso ottenuto è indicato l’uso dei farmaci. L’adozione di un corretto stile di vita rimane però il caposaldo della terapia anche nel lungo termine.

RenatoRossi

Bibliografia

1.Elmaleh-Sachs A et al. Obesity Management in Adults. A Review.JAMA 2023 Nov 28; 330: 2000-2015.