

Proyecto UNAM

FÁRMACOS: OTRA HERRAMIENTA QUE AYUDA A COMBATIR LA OBESIDAD

Los análogos del GLP-1 fueron diseñados para tratar la diabetes, pero posteriormente se vio que también eran muy eficaces para bajar de peso

Texto: **ROBERTO GUTIÉRREZ ALCALÁ**
—robargu@hotmail.com—

En nuestro país, de acuerdo con datos de la más reciente Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (2022), 37% de los niños de cinco a 11 años tiene sobrepeso y 75% de las personas mayores de 20 años padece sobrepeso u obesidad.

“Esto es sumamente preocupante porque, en la gran mayoría de los casos, el sobrepeso y la obesidad favorecen el desarrollo de enfermedades como la diabetes y la hipertensión arterial, o la aparición de factores de riesgo como la dislipidemia (concentración elevada de colesterol y/o triglicéridos), los cuales pueden desencadenar otros padecimientos”, señala Sergio Alberto Mendoza Álvarez, especialista en medicina interna y endocrinología, y académico de la División de Estudios de Posgrado de la Facultad de Medicina de la UNAM.

Así pues, ante este problema de salud pública es imprescindible echar mano de todas las herramientas disponibles para tratar de combatirlo con éxito.

Análogos del GLP-1

A decir de Mendoza Álvarez, en primer lugar, hay que cambiar los hábitos alimenticios, lo cual implica reducir —no eliminar— el consumo de alimentos ricos en carbohidratos simples, como la mayoría de las frutas, la leche, los zumos, los refrescos, la harina blanca, las pastas, los dulces, los pasteles, las galletas, etcétera; y aumentar el de vegetales y semillas.

“En segundo lugar hay que hacer, por lo menos, 150 minutos de ejercicio aeróbico a la semana, con una intensidad de moderada a alta; o sea, caminar, correr, pedalear una bicicleta, nadar e incluso levantar pesas.”

Asimismo, se puede considerar la posibilidad de recibir una terapia cognitivo-conductual porque, por ejemplo, es posible que una persona con ansiedad y depresión experimente muy poca saciedad y, por lo tanto, recurra a los “atracones”, en los que se consumen cantidades extraordinarias de alimentos.

“Y, por último, no se debe descartar la utilización de los medicamentos conocidos como análogos del GLP-1 (péptido similar al glucagón-1), cuya finalidad es mejorar el efecto incretina, fenómeno por el cual la ingesta de glucosa por vía oral produce un incremento en la secreción de insulina superior al conseguido con la administración de cantidades similares de glucosa por vía intravenosa”, añade el especialista.

Una vez que los alimentos se descomponen en glucosa y ésta es liberada en el torrente sanguíneo por el estómago y el intestino delgado, el páncreas, por medio de los islotes pancreáticos o de Langerhans, la detecta y a continuación comienza a producir insulina para controlar su concentración. Sin embargo, el efecto incretina está alterado en las per-

LA OBESIDAD



FOTOS: ESPECIAL, E. ISTOCK

sonas que desarrollaron resistencia a la insulina, prediabetes, diabetes y obesidad.

“Al imitar la acción del péptido similar al glucagón-1 —una hormona intestinal sintetizada en las células L intestinales, cuya secreción depende de la presencia de nutrientes dentro del intestino delgado—, los análogos del GLP-1 hacen que el páncreas produzca insulina y que deje de producir glucagón, hormona que aumenta la liberación de glucosa en la sangre. El resultado de esto es que la persona experimenta menos hambre y más saciedad, lo cual, a la larga, ayuda a que baje de peso”, explica Mendoza Álvarez.

Combo

Los análogos del GLP-1 —como la semaglutida, principio activo de Ozempic (inyectable) y Rybelsus (oral)— fueron diseñados para tratar la diabetes, pero posteriormente se vio que también eran muy eficaces para bajar de peso.

“Lo más interesante es que, cuando se utilizan los análogos del GLP-1 para ese objetivo, la concentración de glucosa, triglicéridos y/o colesterol mejora y, por consiguien-

SERGIO ALBERTO MENDOZA ÁLVAREZ
Académico de la División de Estudios de Posgrado de la Facultad de Medicina de la UNAM

“Creo que estos medicamentos tendrían que estar, junto con el cambio de hábitos alimenticios, el ejercicio y, en ocasiones, la terapia cognitivo-conductual, en la caja de herramientas contra la obesidad”

te, las complicaciones cardiovasculares y renales disminuyen. Recordemos que éstas son las dos principales causas de mortalidad en las personas con diabetes. Entonces creo que estos medicamentos tendrían que estar, junto con el cambio de hábitos alimenticios, el ejercicio y, en ocasiones, la terapia cogniti-

vo-conductual, en la caja de herramientas contra la obesidad. Todo este combo, por llamarlo de algún modo, puede tener una repercusión muy favorable en el pronóstico de vida de esas personas y aun en su desempeño laboral.”

En consulta

En opinión del especialista universitario, es importantísimo que, cuando un paciente nuevo llegue a consulta por cualquier enfermedad, el trabajador de la salud identifique de inmediato si tiene sobrepeso u obesidad y, antes de pensar en prescribirle un tratamiento farmacológico, lo motive para que modifique su dieta, haga ejercicio y atienda su situación emocional, ya que es probable que ésta actúe como el gatillo que dispara su hambre insaciable.

“Y en cuanto a los pacientes con diabetes, hipertensión arterial, hiperuricemia, dislipidemia y obesidad, es imperioso que no sólo se preocupen en bajar la glucosa, la presión arterial, el ácido úrico y el colesterol y/o los triglicéridos, sino sobre todo su peso, pues si lo logran, los valores de aquéllos mejorarán”, finaliza. ●

Fenotipos

● Hay cuatro fenotipos de obesidad: 1) el cerebro hambriento: a pesar de que ya ha comido lo suficiente, la persona no experimenta saciedad, por lo que continúa comiendo; 2) el hambre emocional: la persona come para apaciguar los sentimientos causados por la ansiedad, la angustia o el estrés; 3) el intestino hambriento: inmediatamente después de comer, la persona experimenta saciedad, pero al poco tiempo tiene hambre de nuevo, porque el intestino no se comunica con el cerebro para indicarle que se siente satisfecho y que comenzará a digerir lo ingerido; y 4) la combustión lenta: la persona presenta una tasa metabólica disminuida, por lo que quema menos calorías; es el caso de aquellos individuos con una ingesta calórica importante y un bajo gasto calórico a consecuencia de que llevan una vida sedentaria.



Asociación

● La obesidad está asociada a la enfermedad cardiovascular, la diabetes y los tumores malignos, la primera, segunda y tercera causas de muerte, respectivamente, entre los mexicanos.

Precursor de la resistencia a la insulina

● La obesidad abdominal es un precursor de la resistencia a la insulina, factor de riesgo para que aparezca la prediabetes y, luego, la diabetes tipo 2.

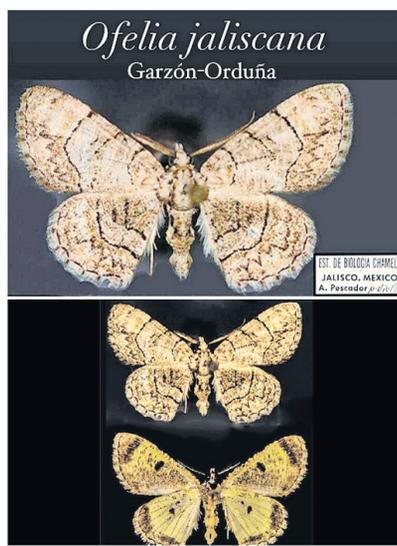


Incremento de la oferta educativa de la UNAM en el bachillerato

:::: En concordancia con el compromiso que la Universidad Nacional Autónoma de México tiene con la educación y con la iniciativa de la Presidencia de la República para fortalecer y expandir la oferta de la educación media superior nacional, durante el ciclo escolar 2025-2026, esta casa de estudios incrementará su oferta educativa en el bachillerato en, por lo menos, mil 500 lugares.

Universitaria describe nueva especie de polilla medidora: *Ofelia jaliscana*

:::: Ivonne Garzón-Orduña, investigadora del Instituto de Biología de la UNAM y curadora de la Colección Nacional de Insectos, describió una nueva especie de polilla medidora: *Ofelia jaliscana*, originaria del bosque tropical seco de Chamela, Jalisco. La trascendencia del hallazgo, publicado recientemente en la revista internacional de taxonomía *Zootaxa*, va más allá de la descripción de una especie más para la ciencia, ya que, con el fin de incorporarla a la clasificación actual, la universitaria tuvo que crear un género nuevo, o un minigrupo, al que llamó *Ofelia*, en homenaje a su madre.



Se aprueba crear la Especialización en Trasplante Renal

:::: El Consejo Universitario aprobó crear el Plan y Programas de Estudio de la Especialización en Trasplante Renal, así como el grado académico correspondiente. Esta especialización se impartirá en el sistema escolarizado, en la modalidad presencial, y tendrá una duración de dos años. Cabe destacar que la enfermedad renal crónica afecta aproximadamente a 10% de la población mundial.

