



El Ozempic no está indicado para perder peso en personas sanas

Circulan en las redes cientos de publicaciones que hablan sobre medicamentos con semaglutida como Ozempic y su eficacia para perder peso en cualquier persona que lo quiera. Una decena de vídeos de TikTok analizados por Verificat, algunos con millones de visualizaciones, señalan sus supuestas virtudes: para adelgazar por motivos estéticos sin esfuerzo, en salud mental y beneficios cardiovasculares. Lo que dicen estos vídeos es engañoso.

El medicamento comercial más popular, Ozempic, no está indicado para adelgazar, sino para el tratamiento de pacientes con diabetes tipo 2. El principio activo que utiliza, la semaglutida, sí que se encuentra en medicamentos para perder peso, como Wegovy, pero que están indicados exclusivamente para personas con obesidad y sobrepeso con otras patologías relacionadas.

La desinformación sobre estos tratamientos puede conducir a un uso inadecuado, advierte un estudio del Instituto de Farmacología de la Escuela de Medicina de Hannover (Alemania). Este estudio se ha basado en analizar 250 publicaciones en Instagram, TikTok, X, Facebook y YouTube, y compararlas con publicaciones científicas. Ha concluido que las afirmaciones online eran erróneas en un 10% de los casos, y provenían mayoritariamente de usuarios sin formación médica reconocida que presentaban la semaglutida casi exclusivamente para la reducción de peso.

La semaglutida es una molécula que imita la acción de la hormona GLP-1, encargada de regular los niveles de azúcar en sangre y de generar una sensación de saciedad después de comer. "No quema grasa de manera directa. Su efecto principal es ayudar a regular la ingesta y se tiene que integrar en un plan que incluya ali-



Un farmacéutico muestra una caja de Ozempic en un establecimiento de Barcelona

MANÉ ESPINOSA

■ Qué se ha dicho

Que medicamentos con semaglutida como Ozempic permiten perder peso fácilmente a personas sanas, y tienen otros beneficios para la salud mental y cardiovascular.

■ Qué sabemos

Que los medicamentos con semaglutida no están indicados para perder peso en personas sanas. En personas con sobrepeso solo están indicados si hay enfermedades asociadas.

mentación, actividad física y seguimiento sanitario", señala Fernando Vidal-Ostos de Lara, médico endocrinólogo y miembro del área de obesidad de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN).

El fármaco se popularizó a nivel global por sus efectos en la pérdi-

da de peso y esto impulsó investigaciones científicas sobre la viabilidad de la semaglutida y otras moléculas con acciones similares en el control del peso de personas con obesidad o sobrepeso con comorbilidad, es decir, que tengan al menos otra patología relacionada con el peso, como por ejemplo enfermedades cardiovasculares o hipertensión. Así es como llegaron al mercado medicamentos como Wegovy, indicado precisamente para estos casos.

"No está indicado para cualquier persona con sobrepeso aislado, ni para perder unos cuantos kilos por motivos estéticos. La decisión tiene que basarse en una valoración clínica completa, con objetivos de salud realistas, prescripción médica y seguimiento", remarca el endocrinólogo.

Estas indicaciones divergen de las informaciones que circulan online. En el estudio de la Escuela de Medicina de Hannover, solo el

2% de las publicaciones analizadas mencionaban que Ozempic solo está indicado para diabetes tipo 2; el resto explicaban que era para perder peso o tratar el síndrome de ovarios poliquísticos.

Aparte de no estar indicado para estos casos, "no es un fármaco milagroso", señala Roland Seifert, director del Instituto de Farmacología de la Escuela de Medicina de Hannover y coautor del estudio. Por otro lado, puede tener efectos adversos que las publicaciones de las redes no suelen mencionar. El efecto rebote una vez se deja el tratamiento ha sido documentado. Un estudio publicado en el 2022 y financiado por Novo Nordisk encontró que un año después de dejar el tratamiento, los pacientes habían recuperado dos tercios partes del peso que habían perdido.

Las publicaciones en redes sociales destacan numerosas propiedades beneficiosas de la sema-

glutida aparte de la pérdida de peso, como la protección cardíaca o una disminución de la ansiedad y otros problemas de salud mental.

En el campo de la salud mental, algunos de los estudios que apuntan a una mejora de la ansiedad y tendencias depresivas están hechos en ratones y no en pacientes. Y en estudios clínicos, las pequeñas reducciones en síntomas depresivos no se han considerado clínicamente relevantes. "La evidencia todavía es limitada y no permite afirmar que la semaglutida tenga un efecto beneficioso directo sobre la depresión o la ansiedad", remarca el médico endocrinólogo Vidal-Ostos de Lara.

La evidencia sobre los efectos cardiovasculares sí que es más sólida. En el ensayo clínico Select, realizado en 17.604 adultos con sobrepeso u obesidad, enfermedad cardiovascular y sin diabetes, los eventos cardiovasculares ocurrieron un 20% menos en el grupo tratado con semaglutida que en el grupo tratado con placebo. "Estos resultados son relevantes, pero corresponden a poblaciones concretas de alto riesgo y no se tienen que extrapolar automáticamente a cualquier persona con sobrepeso", remarca el endocrinólogo de la SEEN.

"La principal desinformación es que, esencialmente, solo se han destacado los efectos positivos y se han omitido aspectos negativos" como los problemas gastrointestinales, que son los más frecuentes, apunta Seifert en relación a su estudio.

En las redes, los efectos adversos más comentados no son precisamente los clínicamente más habituales, sino a menudo los que están asociados a cambios estéticos supuestamente negativos, como la llamada "cara de Ozempic", un visible envejecimiento facial que se aprecia cuando hay pérdidas de peso rápidas y significativas, independientemente del método.

"El perfil de seguridad [de los medicamentos con semaglutida] es conocido y, en la mayoría de los casos, manejable, pero no es un medicamento inocuo. Por eso siempre se tiene que usar con receta, escalado gradual y supervisión médica", remarca el especialista Vidal-Ostos de Lara.●

Toda la labor de verificación y desmentidos en www.lavanguardia.com