

Farmaci per dimagrire

Semaglutide, una scoperta innovativa con il potenziale di trasformare radicalmente l'approccio alla gestione dell'obesità.

REGOLAZIONE ORMONALE FISIOLÓGICA

L'ormone GLP-1 (glucagon-like peptide 1) è prodotto in condizioni fisiologiche dal nostro organismo dopo i pasti, per regolare il metabolismo del glucosio e ridurre il senso della fame.

Ogni anno la rivista *Science* assegna il premio alla "scoperta" più significativa in campo scientifico, il *Breakthrough of the Year*; tra i premi più celebri degli scorsi anni possiamo citare la pecora Dolly (1997), il bosone di Higgs (2012), il vaccino Covid-19 (2020) e il telescopio James Webb (2022).

Per il loro possibile ruolo futuro nella gestione dell'obesità, nel 2023 questo premio è stato assegnato ad una classe di farmaci antidiabetici, chiamati **agonisti del GLP-1**, a cui appartiene la semaglutide, che, oltre a ridurre la glicemia stimolando la secrezione di insulina, hanno importanti effetti anche sulla riduzione del peso.

Oltre che sulla stampa professionale, a questi farmaci è stato dato ampio spazio anche su giornali e social grazie alle dichiarazioni di star di Hollywood o personaggi di fama internazionale come Elon Musk, che hanno affermato di aver perso peso in breve tempo e senza fatica grazie ad un'iniezione

settimanale. Si è diffusa pertanto la convinzione che questi farmaci possano essere utilizzati da tutti, anche solo per rimettersi in forma. Ma la realtà è un po' diversa.

Cosa sono gli agonisti del GLP-1?

La semaglutide appartiene agli agonisti del GLP-1, una classe di farmaci che agiscono come un ormone fisiologico (il GLP-1, glucagon-like peptide 1) che viene prodotto normalmente dal nostro organismo dopo i pasti. Questo ormone regola il metabolismo del glucosio, aumenta il senso di sazietà diminuendo il senso della fame e induce un lieve ritardo dello svuotamento gastrico.

Su questi farmaci, utilizzati con successo già da tempo nel trattamento del diabete mellito di tipo 2, negli ultimi anni sono emerse evidenze sempre maggiori sulla loro efficacia nella gestione del peso in pazienti obesi o sovrappeso.

La semaglutide è il principio attivo che ha dato i risultati migliori anche rispetto alla liraglutide,

Riconoscere l'obesità

La prevenzione è possibile



L'obesità è una **patologia cronica multifattoriale** definita come un eccessivo accumulo di grasso corporeo in relazione alla massa magra. Si parla di obesità quando l'indice di massa corporea (BMI) è uguale o superiore a 30.

L'obesità costituisce uno dei maggiori problemi di salute pubblica a **livello mondiale** e nessun paese, fino ad oggi, è riuscito ad invertirne il trend in aumento: dal 1990 ad oggi la percentuale di persone obese è più che raddoppiata tra gli adulti ed è quadruplicata tra i bambini e gli adolescenti (dai 5 ai 19 anni di età). Oggi, oltre un miliardo di persone convive con questa malattia sia nei paesi occidentali che in quelli a basso-medio reddito. Oltre ad avere una forte componente psicologica, l'obesità incide pesantemente sullo stato di salute poiché **si accompagna a importanti malattie** quali il diabete mellito di tipo 2, l'ipertensione arteriosa e altri problemi che peggiorano la qualità di vita.

Con l'obiettivo di sensibilizzare sia i cittadini che le istituzioni sull'impatto di questa patologia cronica sulla salute e a livello sociale, e di promuoverne la prevenzione, dal 2015 è stata istituita la **Giornata Mondiale dell'Obesità**, che ricorre ogni anno il 4 marzo. È molto importante che anche le istituzioni si impegnino nella lotta all'obesità attraverso, ad esempio, norme che contrastino la distribuzione di alimenti dannosi o che regolamentino politiche alimentari e nutrizionali nelle scuole.

La **prevenzione** dell'obesità non va confusa con la terapia: una volta instaurata, l'obesità è difficile da curare senza la chirurgia o l'utilizzo di farmaci, ma la sua prevenzione è possibile. È fondamentale, pertanto, modificare gli stili di vita scorretti adottando una sana alimentazione e praticando regolare esercizio fisico (una persona adulta dovrebbe dedicare almeno 30 minuti al giorno per cinque volte a settimana ad attività fisica moderata, come una camminata veloce o il nuoto).

farmaco della stessa famiglia che ha dato comunque risultati soddisfacenti: diversi studi hanno dimostrato che il suo utilizzo porta ad un calo ponderale consistente (fino al 15-20%) che si mantiene nel tempo, oltre a benefici metabolici e del controllo alimentare. I pazienti hanno dimostrato di saziarsi più rapidamente, di avere una minore propensione a introdurre cibi ad alto contenuto calorico e un attenuamento del "food noise", ovvero il desiderio intenso e persistente di continuare a mangiare.

Il farmaco non è privo di controindicazioni ed effetti collaterali, questi ultimi prevalentemente di tipo gastrointestinale, che si manifestano in genere all'inizio della terapia, come nausea, vomito e diarrea. Tuttavia, poiché si tratta di farmaci innovativi, non si conoscono ancora i loro effetti a lungo termine, quindi la prudenza è d'obbligo.

Quali farmaci sono disponibili?

In Italia, al momento, la semaglutide è in commercio [con i nomi *Ozempic* (iniezione sottocutanea) e *Rybelsus* (comprese)] con la sola indicazione nel trattamento del diabete mellito di tipo 2.

In America e in alcuni paesi dell'Unione Europea è autorizzata, invece, in forma di iniezione sottocutanea per la gestione cronica del peso in adulti obesi o in sovrappeso che abbiano anche una patologia correlata al peso. Per questa indicazione al momento in Italia è disponibile la liraglutide come iniezione sottocutanea con il nome di *Saxenda*.

Riconsiderando il modo in cui l'obesità viene intesa, ossia non un



MODA SOCIAL VS SCELTA TERAPEUTICA

È importante sottolineare che l'uso terapeutico della semaglutide per gestire l'obesità si discosta nettamente dall'uso diffuso sui social, poiché l'utilizzo improprio può causare la ripresa del peso e l'esposizione non giustificata a rischi collaterali.

semplice fallimento della forza di volontà ma una vera e propria malattia cronica con radici biologiche, queste nuove terapie potrebbero offrire una concreta opportunità di trattamento dopo decenni di risultati insoddisfacenti in questo campo. L'ipotesi che anche la semaglutide possa essere disponibile in Italia per il trattamento dell'obesità al momento, tuttavia, non è concretizzabile sia per la carenza del farmaco (legata ad una limitata capacità produttiva e ad un aumento della domanda) che per la mancanza di autorizzazione del dosaggio adeguato: i dosaggi efficaci per il diabete, infatti, sono inferiori rispetto a quelli necessari per la gestione del peso.

Ciò che è comunque importante sottolineare è che l'utilizzo terapeutico della semaglutide per la gestione del peso in caso di obesità è ben diverso rispetto alla moda che si è diffusa attraverso i social di utilizzare questo farmaco per brevi periodi semplicemente per buttare giù qualche chilo rapidamente. Oltre che essere ingiustificato dal punto di vista medico, l'utilizzo inappropriato di questo farmaco per scopi di dimagrimento in pazienti non obesi potrebbe comportare la ripresa del peso perso una volta sospeso il farmaco, senza contare l'esposizione non giustificata agli effetti collaterali.

Qual è il tuo BMI?

Ecco come calcolare il proprio indice di massa corporea (BMI) in 2 passaggi

1 Calcola la formula

$$\text{BMI} = \frac{\text{Peso (Kg)}}{\text{Altezza}^2 \text{ (cm)}}$$

2 Ricava il tuo rapporto

BMI ≤ 18,49	SOTTOPESO
18,50 < BMI < 25,49	NORMOPESO
25,50 < BMI < 29,99	SOVRAPPESO
BMI ≥ 30	OBESO