



RELACIÓN ENTRE OBESIDAD Y USO DE MEDICAMENTOS PARA BAJAR DE PESO.

Jamileth Miranda Lanza

Mirandalanz1009@gmail.com

ORCID: 0009-0006-3830-6402

Reyna Zenelia Gudiel Hurtado

est.greynqu0601@uml.edu.ni

Licenciatura en Farmacia

ORCID: 0009-0006-4499-7879

Universidad Martín Lutero

UML-Sede El Rama

Recibido: 12 de diciembre de 2025.

Aceptado: 10 de junio de 2026

Received: December 12, 2026

Accepted: June 10, 2026

Resumen

La obesidad es una condición multifactorial que constituye un importante problema de salud pública, debido a su asociación con enfermedades crónicas y al deterioro de la calidad de vida. En los últimos años, el uso de medicamentos para bajar de peso ha incrementado en la población adulta, en muchos casos sin supervisión médica, situación que puede generar repercusiones negativas en la salud.

El presente estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre la obesidad y el uso de medicamentos para perder peso, así como identificar sus repercusiones en la salud de los adultos que asisten al Centro de Salud del Barrio San Pedro, Ciudad El Rama, Región Autónoma de la Costa Caribe Sur. Para la recolección de la información se aplicaron



Relación entre obesidad y uso de medicamentos para bajar de peso.

encuestas estructuradas a una muestra de pacientes adultos, recopilando datos sociodemográficos, estado nutricional, hábitos de vida y consumo de fármacos para adelgazar.

Los resultados evidenciaron una elevada prevalencia de obesidad en la población estudiada, así como un uso frecuente de medicamentos para bajar de peso, principalmente sin orientación profesional. Asimismo, se identificó la presencia de efectos secundarios asociados al consumo de estos fármacos y la falta de resultados sostenidos a largo plazo en la pérdida de peso.

Se concluye que el uso de medicamentos para adelgazar, sin acompañamiento médico y sin cambios en los hábitos de vida, no constituye una estrategia efectiva ni segura para el control de la obesidad. Se resalta la importancia de fortalecer la educación en salud, la prevención y el seguimiento integral de los pacientes.

Palabras clave: Obesidad, medicamentos para bajar de peso, automedicación, efectos secundarios.

RELATIONSHIP BETWEEN OBESITY AND THE USE OF WEIGHT-LOSS MEDICATIONS.

Abstract

Obesity is a multifactorial condition that constitutes a significant public health problem due to its association with chronic diseases and the decline in quality of life. In recent years, the use of weight-loss medications has increased among the adult population, often without medical supervision, a situation that can have negative health repercussions.

This study aimed to analyze the relationship between obesity and the use of weight-loss medications, as well as to identify their impact on the health of adults attending the San Pedro Neighborhood Health Center in El Rama, South Caribbean Coast Autonomous Region. Structured surveys were administered to a sample of adult patients to collect sociodemographic data, nutritional status, lifestyle habits, and consumption of weight-loss medications.



Relación entre obesidad y uso de medicamentos para bajar de peso.

The results revealed a high prevalence of obesity in the studied population, as well as frequent use of weight-loss medications, primarily without professional guidance. Furthermore, the study identified side effects associated with the use of these medications and a lack of sustained long-term weight loss results.

It is concluded that the use of weight-loss medications without medical supervision and lifestyle changes is neither an effective nor a safe strategy for obesity management. The importance of strengthening health education, prevention, and comprehensive patient follow-up is emphasized.

Key Words:

Obesity, weight-loss medications, self-medication, side effects.

Introducción

La obesidad constituye uno de los principales problemas de salud pública a nivel mundial, se caracteriza por un exceso anormal de grasa corporal que incrementa el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas como hipertensión arterial, diabetes mellitus tipo 2, dislipidemias y trastornos cardiovasculares, entre otras muchas más, que se van desarrollando con el paso del tiempo. La obesidad, se ha descrito ampliamente de manera científica como una condición multifactorial, no solo afecta la salud física, sino también el bienestar psicológico y social de las personas, generando una carga significativa para los sistemas de atención sanitaria y para la calidad de vida de quienes la padecen, ya que no se da un seguimiento adecuado pero es una enfermedad real que está afectando y hay que actuar de forma inmediata para que el futuro de niños, jóvenes y adultos no se vea afectado.

En términos conceptuales y epidemiológicos, la obesidad ha sido abordada mediante diversas estrategias de control, entre ellas la modificación de estilos de vida y, más recientemente, el uso de

Relación entre obesidad y uso de medicamentos para bajar de peso.

medicamentos para bajar de peso, pero todo esto se debe de realizar con el acompañamiento de profesionales ya que el uso inadecuado de estos productos pueden producir efectos adversos, entre ellos alteraciones metabólicas, daños hepáticos o cardiovasculares, y un aumento del riesgo de dependencia o rebote ponderal, lo que requiere una supervisión médica adecuada. Estudios previos señalan que estos fármacos se han popularizado como alternativas rápidas para lograr la reducción de peso, especialmente en adultos que buscan resultados inmediatos sin mantener cambios sostenidos en la alimentación o la actividad física, este es el error más común en la población y debido a esto no hay resultados efectivos o esperados.

Con base a lo antes descrito, el problema central de esta investigación se orienta a comprender cómo se relaciona la obesidad con el uso de medicamentos para perder peso y cuáles son las consecuencias de esta práctica en los adultos que asisten al centro de salud Ausberto Gutiérrez Ponce. Este estudio tiene como objetivo analizar dicha relación durante el cuarto trimestre del año 2025, con el fin de aportar evidencia que fortalezca la atención primaria, promueva estrategias de prevención más efectivas y fomente un uso seguro y responsable de los fármacos asociados al control del peso corporal en nuestra población afectada por esta condición.

Metodología investigativa

Esta investigación pertenece al área de la salud y bienestar, bajo la línea de investigación, La Salud en el bienestar social y familiar, con énfasis en la sub-línea Modelo de Salud familiar y comunitaria. Se adoptó el paradigma positivista y un enfoque cuantitativo, empleando un diseño descriptivo, racionalista y de corte transversal, ya que se analizaron variables en un único momento del cuarto trimestre del año 2025.



La población estuvo conformada por 270 adultos atendidos en el Centro de Salud del Barrio San Pedro, Ciudad El Rama, RACCS. Se seleccionó una muestra no probabilística por conveniencia de 30 participantes que cumplieran con los criterios de inclusión: ser mayor de 18 años, asistir al centro de salud durante el periodo de estudio y aceptar participar voluntariamente.

La recolección de la información se realizó mediante una encuesta estructurada, organizada en tres secciones basados en los objetivos: Determinar la prevalencia de obesidad en los adultos que asisten al centro de salud del Barrio San Pedro, Cuantificar la proporción de adultos con obesidad que han utilizado medicamentos para bajar de peso y Explicar la frecuencia de consumo de medicamentos para bajar de peso. El instrumento fue sometido a validación de contenido por juicio de expertos para verificar su confiabilidad y validez.

Los datos fueron analizados y los principales hallazgos fueron representados mediante gráficos. El análisis de la información permitió explorar la relación entre obesidad, consumo de medicamentos y repercusiones en la salud, se garantizó rigurosidad y el cumplimiento de principios éticos de confidencialidad y consentimiento informado de cada participante.

Resultados y discusión

En las investigaciones realizadas por Arriaga y Canizalez (2023) afirman que, en el último siglo el aumento significativo de la prevalencia internacional de la obesidad y el sobrepeso ha sido de gran preocupación por sus implicaciones en distintas comorbilidades y su enorme costo

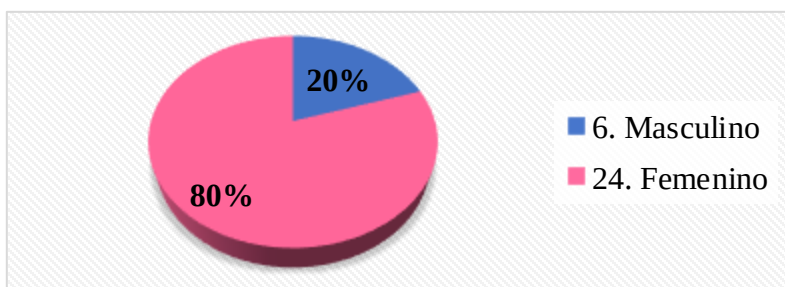
Relación entre obesidad y uso de medicamentos para bajar de peso.

económico. La intervención integral en el manejo de la pérdida de peso conlleva cambios importantes en el estilo de vida y en ocasiones, el empleo farmacológico.

Esta investigación profundizó la relación entre el uso de medicamentos para bajar de peso y las repercusiones en la salud de los adultos con obesidad, considerando el papel del metabolismo en el control del peso corporal. Este aporte radica en generar evidencia científica local que contribuya a la orientación farmacéutica, la educación en salud y la formulación de estrategias para un tratamiento seguro y responsable de la obesidad, haciendo conciencia en las personas para que no abusen de productos, ya que si se realiza de una forma inadecuada puede traer consecuencias graves a la salud y por ende se recomienda siempre la opinión de un especialista en el tema.

De 30 participantes encuestados, los hallazgos muestran que la mayor parte presenta obesidad o sobrepeso y mantiene una preocupación activa por mejorar su estado físico, las personas encuestadas corresponden a un 80% del sexo femenino y 20% masculino.

Gráfico 1: Sexo de encuestados



Fuente 1: Elaboración propia

Esta distribución muestra que la obesidad está afectando más a las mujeres dentro de la población que se estudió. Esta diferencia podría

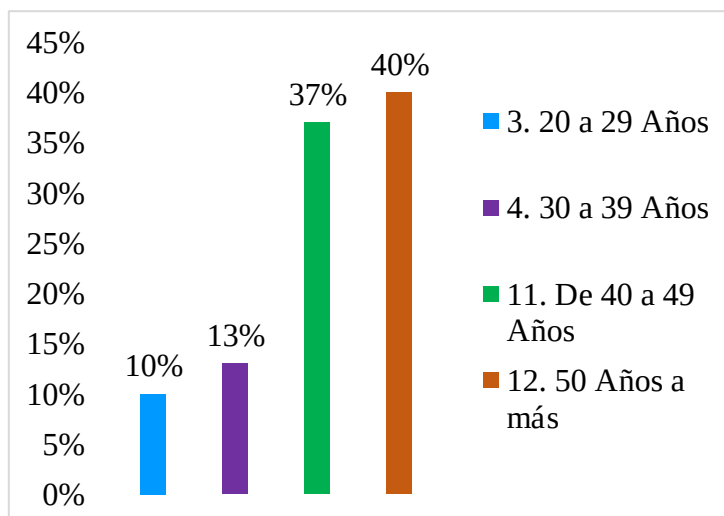
Relación entre obesidad y uso de medicamentos para bajar de peso.

deberse a varios factores como la genética, las hormonas, el sedentarismo, el nivel de actividad física o los hábitos alimenticios.

Se calcula que un 68% de la población está sobrepeso y que un 24.7% (1 de cada 4 personas) está ya en obesidad. El término "obesidad" no quiere decir lo mismo que "sobrepeso". "Obesidad" quiere decir por lo menos 20% más arriba del peso normal para nuestra estatura. Todas las personas obesas están sobrepeso, pero no todos los que están sobrepeso están obesos. (Suárez, 2023, p.29)

Otro hallazgo significativo fueron las edades, las personas más afectadas son las personas de 40-49 años y de 50 años a mas, estos datos dejan ver que el riesgo de presentar obesidad aumenta conforme pasan los años. Esto puede deberse a que el metabolismo se vuelve más lento con la edad, además de otros factores como los cambios hormonales, la disminución de la actividad física y la acumulación de hábitos alimentarios poco saludables a lo largo del tiempo.

Gráfico 2: Edad de encuestados

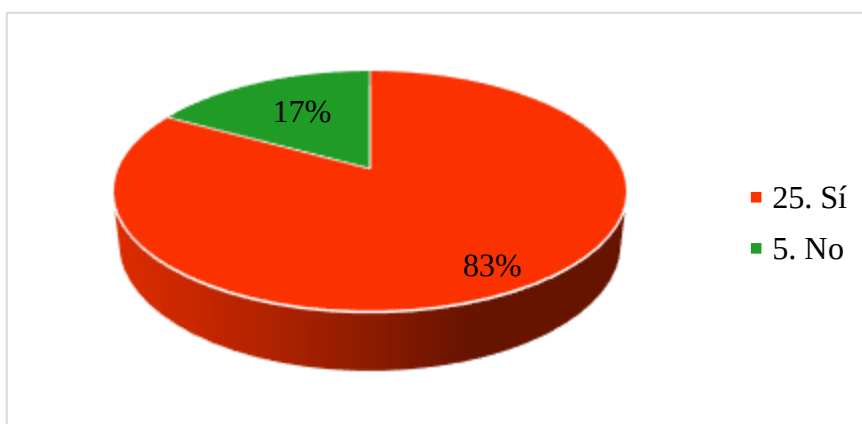


Fuente 2: Elaboración propia

Relación entre obesidad y uso de medicamentos para bajar de peso.

Una proporción relevante de los participantes indicó haber utilizado medicamentos para bajar de peso, ya sea prescritos por personal médico, automedicación o por recomendaciones de familiares al menos una vez. Este resultado demuestra que es bastante común el uso de medicamentos con fines de pérdida de peso entre las personas encuestadas. Esta tendencia podría estar ligada a la búsqueda de resultados rápidos o a la influencia de la publicidad de productos para adelgazar. Sin embargo, también deja ver que muchas personas podrían no tener suficiente información sobre los riesgos y efectos secundarios que estos medicamentos pueden causar en su salud.

Gráfico 3: personas que han utilizado medicamentos para bajar de peso.



Fuente 3: Elaboración propia

El abordaje de esta enfermedad, de base tan compleja y multifactorial, debería centrarse en la prevención, promoviendo patrones de vida saludable, especialmente en relación con la alimentación, la actividad física y el sedentarismo. Una vez instaurada la obesidad, conseguir los resultados deseados con la modificación de hábitos es muy difícil. Habrá que desarrollar y seguir un plan estructurado e individualizado, centrado en el paciente y su familia, para conseguir el cambio en el estilo de vida. La participación de la familia, la escuela y la comunidad es importante para obtener resultados, tanto a corto como a largo plazo, al igual que la

Relación entre obesidad y uso de medicamentos para bajar de peso.

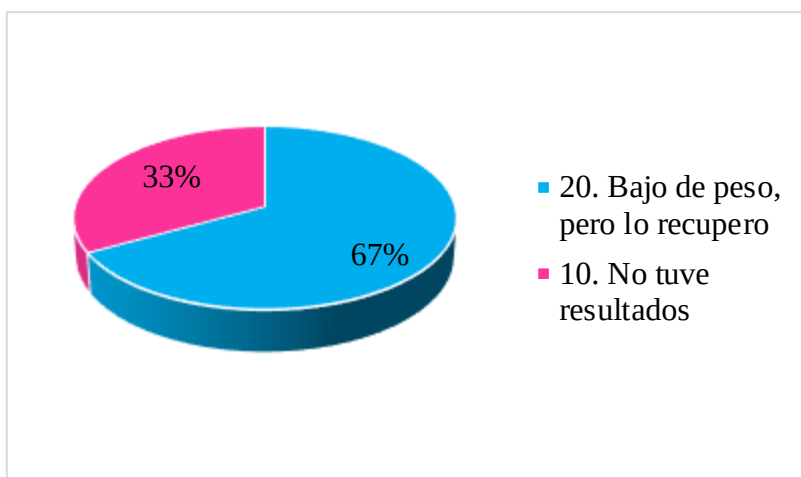
participación de los órganos gubernamentales implicados en el desarrollo de políticas que ayuden a crear un entorno adecuado y oportunidades para la realización de actividad física y una dieta saludable (Rivero-Martin, y otros, 2022, p.2).

Debemos ver que el futuro de nuestra juventud es cada vez más incierto debido a la epidemia de sobrepeso y obesidad. Ya hay cientos de miles de niños y niñas que necesitan usar medicamentos recetados para controlar su alta presión y sus altos niveles de colesterol. Estamos criando una nueva generación de cuerpos vulnerables, que sólo tienen energía para jugar electrónicos. Les estamos dando un malísimo ejemplo de lo que deberían aprender sobre la alimentación y el cuidado de sus cuerpos. Hasta la alimentación en los comedores escolares es desastrosa con porciones de pizza, "hot dogs" y otras comidas que más que alimentos podrían llamarse "desalimentos" (Suárez, 2023, p.31).

Otros datos revelaron que, aunque algunos de los participantes reportaron una disminución moderada de peso, la mayoría recuperó su peso perdido en un periodo relativamente corto. Además, se evidenció que el uso de medicamentos no siempre estuvo acompañado de cambios en los hábitos alimentarios, ni de actividad física, situación que limita la efectividad del tratamiento y los resultados esperados de cada persona en esta condición. Las personas que siguieron indicaciones médicas presentaron menos efectos adversos y mejores resultados temporales.

Relación entre obesidad y uso de medicamentos para bajar de peso.

Gráfico 4: Efectividad de los medicamentos para bajar de peso

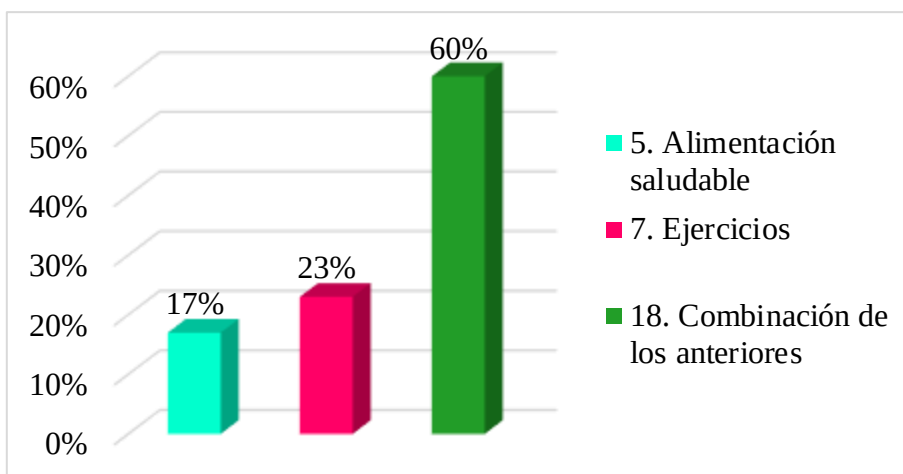


Fuente 4: Elaboración propia

El análisis sobre los métodos que los encuestados consideran más efectivos para bajar de peso muestra una tendencia hacia un enfoque más completo. De las 30 personas, el 17 % (5 personas) piensa que lo más efectivo es llevar una alimentación saludable, el 23 % (7 personas) cree que lo mejor es hacer ejercicio de manera regular, y el 60 % (18 personas) considera que la opción más efectiva es combinar alimentación, ejercicio y control médico.

Relación entre obesidad y uso de medicamentos para bajar de peso.

Gráfico 5: Métodos más efectivos para bajar de peso



Fuente 5: Elaboración propia

Estos resultados indican que la mayoría reconoció que para manejar el peso de forma adecuada se necesita un enfoque integral donde la dieta, la actividad física y el acompañamiento profesional se complementen. Este tipo de estrategia no solo ayuda a bajar de peso de manera más estable, sino que también mejora la salud metabólica y reduce el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas.

Conclusiones

El estudio permitió identificar que la obesidad es un problema frecuente entre los adultos que asisten al centro de salud Ausberto Gutiérrez Ponce. La mayoría de los participantes manifestó interés en mejorar su estado físico, lo que ha llevado a algunos a utilizar medicamentos para bajar de peso, ya sea bajo prescripción médica o por automedicación, pero no se implementó una dieta saludable y una vida física activa por lo que los resultados no fueron duraderos es por ello que se recomienda implementar un estilo de vida sana, incluyendo una alimentación



Relación entre obesidad y uso de medicamentos para bajar de peso.

saludable, realizar actividad física regularmente, ya sea salir a caminar, realizar ejercicios en casa o en el gimnasio.

Asimismo, se observó que la falta de control de la obesidad contribuye a la aparición de enfermedades crónicas, lo que refuerza la necesidad de abordajes integrales que incluyan orientación médica, educación nutricional y hábitos saludables por tanto se recomienda que las autoridades de salud y el personal del Centro de Salud del Barrio San Pedro adopten un enfoque integral para atender la obesidad en adultos, llevando un registro y control de los pacientes con estas afecciones, llevar un registro riguroso de casos de pacientes que su índice de masa corporal sea ≥ 30 . Dar charlas educativas para sensibilizar a los pacientes sobre los riesgos existente al tener sobre peso. Someter a los pacientes a una valoración integral que permita valorar e identificar riesgos individuales en cada paciente.

Referencias bibliográficas

Arriaga Izabal, Diego Yahir y Canizalez-Roman (2023). Revision Rapida de la farmacologia del sobre peso y la obesidad. *ARTÍCULO DE REVISION*, 1.

Rivero-Martin, M., Azcona-Sanjulián, M., Bahillo Curises, M., Bassols, J., Leis Trabazo, M., . . . Krauel, M. (2022). *Actualizacion del tratamiento medico del sobrepeso y la obesidad infanto-juvenil. Rev Esp Endocrinol Pediatr Volumen13.Número 2,2.*

Suárez, F. (2023). *El Poder del metabolismo*. Colombia: Deluxe con enlace.