Cosa succede quando si smettono i farmaci per l'obesità?

Data 15 febbraio 2026
Categoria metabolismo

Una metanalisi dimostra che i farmaci per perdere peso, compresi i più recenti agonisti del recettore GLP-1, sono efficaci ma alla loro sospensione il peso tende a tornare a livello di quello di partenza in meno di 2 anni.

Cosa succede al peso corporeo e ai marcatori cardio-metabolici quando si interrompono i farmaci per la gestione del peso, inclusi i più recenti farmaci anti‑obesità (come gli agonisti del recettore GLP‑1) e altri trattamenti farmacologici per il dimagrimento?

Ha cercato di stabilirlo una revisione sistematica con metanalisi che ha incluso 37 studi con 9.341 partecipanti complessivi.
Tutti gli studi riportavano dati sull'evoluzione del peso corporeo dopo la sospensione di farmaci per la gestione del peso, rispetto a placebo o a programmi di gestione comportamentale.
La durata media del trattamento era circa 39 settimane, con un follow‑up mediano di 32 settimane dopo stop dellaterapia.

Dopo l'interruzione dei farmaci per la gestione del peso, i partecipanti tendevano a riprendere rapidamente il peso perso. Il tasso medio di ripresa di peso stimato era circa 0,4 kg al mese dopo la fine del trattamento. Le proiezioni basate su questi dati suggeriscono che la maggior parte delle persone ritorna al peso di partenza dopo meno di due anni dalla sospensione del trattamento.
La ripresa di peso dopo l'interruzione dei farmaci è stata più rapida rispetto alla ripresa dopo la sospensione di programmi comportamentali di dieta/esercizio fisico.

Anche i benefici osservati su parametri come la glicemia, la pressione arteriosa e il profilo lipidico osservati durante la terapia tendono a ritornare verso i livelli di base entro circa un anno e mezzo dopo la sospensione.

Gli autori concludono che i farmaci per la gestione del peso — inclusi gli agonisti GLP‑1 come semaglutide e tirzepatide — sono efficaci nel promuovere una perdita di peso significativa durante il trattamento, tuttavia gran parte di questi guadagni non si mantiene una volta che il farmaco viene interrotto.

Che dire?
Perchè dopo l'interruzione dei farmaci il paziente tende a ritornare al peso di partenza? Il fenomeno è probabilmente dovuto sia alla natura cronica dell'obesità sia alle modifiche dei segnali di fame/metabolismo che si instaurano durante la perdita di peso. Dopo la sospensione dei farmaci questi adattamenti vengono meno e spingono fisiologicamente verso la ripresa del peso.
Quale lezione possiamo trarre? I farmaci per il peso sono sicuramente un aiuto spesso necessario ma se non si ricorre anche a un approccio comportamentale (dieta/eserizio fisico) e di supporto motivazionale a lungo termine si rischia un effetto rebound significativo. La gestione dell'obesità è una sfida cronica, non un evento temporaneo, e richiede interventi duraturi e sostenibili nel lungo periodo.

RenatoRossi

Bibliografia

West S, Scragg J, Aveyard P, Oke JL, Willis L, Haffner SJP, Knight H, Wang D, Morrow S, Heath L, Jebb SA, Koutoukidis DA. Weight regain after cessation of medication for weight management: systematic review and meta-analysis. BMJ. 2026 Jan 7;392:e085304. doi: 10.1136/bmj-2025-085304. PMID: 41500720; PMCID: PMC12776922.