



## I GLP-1 hanno effetti deleteri sui muscoli? Oppure no?

**Data** 15 febbraio 2026  
**Categoria** professione

Abbiamo recentemente parlato (<https://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=8883>) degli studi che hanno avanzato un importante sospetto sul problema del deficit di massa muscolare conseguente all'uso dei farmaci GLP-1 usati a scopo dimagrante. Ora altri studiosi, pur riconoscendone i dati obiettivi, avanzano altre interpretazioni più "benevoli". Come sempre i dati scientifici vanno soggetti a valutazione e interpretazione. Vediamo...

In sostanza alcuni ricercatori sostengono (1) che le diminuzioni della massa muscolare assoluta rilevate in precedenza siano spesso in genere proporzionali alla perdita di peso totale e possono essere perfino accompagnati da miglioramenti nella qualità muscolare e nella funzione metabolica.

In altre parole, secondo tali autori, quando la massa magra viene espressa come percentuale del peso corporeo, la perdita muscolare riscontrabile dopo il trattamento sarebbe in realtà proporzionale alla perdita del grasso muscolare piuttosto che a una perdita selettiva di tessuto muscolare.

Non si verificherebbe perciò la temuta sarcopenia ma una situazione di riequilibrio in cui il muscolo, sebbene ridotto nella massa complessiva, conserverebbe la sua qualità.

Secondo lo studio SURPASS-3 sulla tirzepatide si sarebbe verificata una marcata riduzione dell'infiltrazione di grasso muscolare a tutti i dosaggi, mentre le riduzioni del tessuto muscolare sono rimaste modeste e proporzionali alla perdita di peso complessiva.

Secondo gli autori i farmaci GLP-1 avrebbero quindi una serie di effetti benefici con minimo rischio di compromissione muscolare clinicamente significativa e, invece, sostanziali benefici metabolici e cardiovascolari, essendo ampiamente preservate la forza muscolare e le prestazioni fisiche.

In conclusione gli inibitori del recettore del GLP-1 indurrebbero modeste riduzioni della massa muscolare assoluta, proporzionali alla perdita di peso totale, migliorando al contempo la qualità muscolare attraverso la riduzione del grasso intramuscolare e una serie di altri miglioramenti metabolici.

Questi adattamenti possono essere sufficienti a preservare la forza e la funzionalità muscolare riconsiderando la perdita di massa magra come una risposta fisiologica e potenzialmente adattativa piuttosto che una conseguenza dannosa della terapia.

Chiedere?

Considerando anche l'impatto economico di queste terapie farmacologiche, non c'è da meravigliarsi che si scatenino opinioni diverse o addirittura opposte (più o meno fondate o interessate) sulla loro utilizzabilità e tollerabilità.

Per una parola definitiva bisognerà aspettare che ulteriori studi chiariscano definitivamente la situazione e gli eventuali accorgimenti da adottare nell'assunzione di tali farmaci; nel frattempo è certamente consigliabile un atteggiamento attento e prudente.

DanieleZamperini

(1) I GLP-1 hanno effetti deleteri sui muscoli? - Medscape - 27 gennaio 2026.

[https://www.medscape.com/viewarticle/do-glp-1s-have-deleterious-effects-muscle-2026a10001mo?ecd=WNL\\_trdalrt\\_pos1\\_ous\\_260129\\_etid8064486&uac=368901HG&implID=8064486](https://www.medscape.com/viewarticle/do-glp-1s-have-deleterious-effects-muscle-2026a10001mo?ecd=WNL_trdalrt_pos1_ous_260129_etid8064486&uac=368901HG&implID=8064486)

<https://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=8883>