



## NEWSLETTER

### ISBE & COCHRANE PORTUGAL

29 janeiro 2026 | Nº 364

*Esta Newsletter (NL) resulta de uma parceria entre o Instituto de Saúde Baseada na Evidência e a Cochrane Portugal, e tem como objectivo disponibilizar informação sobre áreas importantes para a prática clínica, com base na melhor evidência científica disponível. São incluídos estudos relevantes, criticamente avaliados pela sua validade, importância dos resultados e aplicabilidade prática, resumidos numa óptica de suporte à decisão. É dada prioridade a estudos de causalidade incluindo-se ainda, quando justificado, estudos qualitativos e metodológicos, assim como revisões científicas. O conteúdo da NL é da exclusiva responsabilidade do(s) seu(s) autor(es).*

#### A interrupção de medicações para perder peso é seguida de recuperação ponderal

**Referência:** Sam West et al. Weight regain after cessation of medication for weight management: systematic review and meta-analysis. BMJ 2026;392:e085304. <http://dx.doi.org/10.1136/bmj-2025-085304>

**Análise do estudo:** a introdução de fármacos altamente eficazes para a gestão do peso, nomeadamente agonistas do GLP-1 e agonistas duplos GLP-1/GIP, transformou o tratamento da obesidade. Contudo, a elevada taxa de interrupção terapêutica levanta preocupações quanto à sustentabilidade da perda ponderal e dos benefícios cardiometabólicos após a suspensão do tratamento. Os objectivos desta RS foram quantificar e comparar a taxa de re-ganho ponderal após a interrupção de medicação para controlo de peso em adultos com excesso de peso ou obesidade.

Trata-se de uma revisão sistemática e meta-análise de ensaios clínicos aleatorizados, estudos não aleatorizados e estudos observacionais que incluíram adultos com excesso de peso ou obesidade tomando fármacos para gestão do peso durante  $\geq 8$  semanas, com seguimento  $\geq 4$  semanas após a interrupção farmacológica. As bases de dados Medline, Embase, PsycINFO, CINAHL, Cochrane e Web of Science foram pesquisadas até fevereiro de 2025. A taxa de recuperação ponderal e a evolução de marcadores cardiometabólicos foram analisadas através de modelos mistos, meta-regressão e modelos de tempo-até-evento.

Foram incluídos 37 estudos (63 braços de intervenção), totalizando 9.341 participantes. A duração média do tratamento foi de 39 semanas, com seguimento médio pós-suspensão de 32 semanas. A taxa média de recuperação ponderal após a interrupção dos fármacos foi de 0,4 kg/mês (IC 95% 0,3–0,5), sendo mais rápida nos fármacos incretínicos mais recentes. O retorno ao peso basal foi projetado para cerca de 1,5–1,7 anos após a suspensão. Os marcadores cardiometabólicos (HbA1c, glicemia em jejum, perfil lipídico e pressão arterial) regressaram progressivamente aos valores basais num período aproximado de 1,4 anos. Comparativamente, a recuperação ponderal foi mais rápida após fármacos do que após programas comportamentais de gestão do peso, independentemente da perda ponderal inicial.

**Conclusões:** a suspensão dos fármacos para gestão do peso associa-se a recuperação ponderal rápida e reversão dos benefícios cardiometabólicos. Estes resultados reforçam a obesidade como doença crónica e sustentam a necessidade de estratégias terapêuticas de longo prazo, desencorajando o uso isolado e de curta duração destes fármacos.

**Aplicação prática:** os resultados reforçam que a obesidade deve ser encarada como uma doença crónica, exigindo estratégias de longo prazo. O uso de fármacos para gestão do peso deve ser integrado em abordagens sustentadas e contínuas, evitando a sua utilização de curto prazo sem plano de manutenção. É fundamental informar os doentes sobre o risco elevado de recuperação ponderal após a suspensão e considerar intervenções combinadas e de longa duração para maximizar benefícios clínicos.

António Vaz Carneiro, Juan José Rachadell, Nuno Lupi Manso