



**Síntomas
gastrointestinales
de la SEMAGLUTIDA
y cómo mejorar
la tolerancia**



Como sucede con otros fármacos, al iniciar el tratamiento con **semaglutida oral** pueden **aparecer algunos eventos indeseables**.

Los síntomas descritos con más frecuencia son gastrointestinales. De acuerdo con la frecuencia, se describen los siguientes:



Náuseas
15%



Diarrea
10%



Vómitos
7%

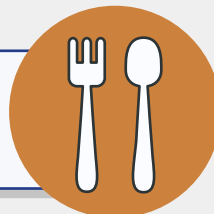


Por lo general, estos síntomas son **leves** a moderados y de **corta duración**.

Sugerencias para **mejorar** la tolerancia y disminución de los síntomas del tubo digestivo



1 Hábitos de alimentación



Coma lento



Aumente la frecuencia entre comidas



Coma sólo si tiene hambre



Evite el uso de sorbete



Pequeñas porciones



Evite distracciones, disfrute de la comida



No se acueste inmediatamente



No realice actividad física vigorosa luego de comer

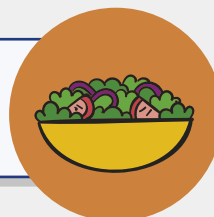


Deje de comer cuando esté satisfecho



No coma cerca del horario de sueño

2 Composición de la comida



Bajo contenido de grasas



Utilice horno, plancha o hierva alimentos



Consuma líquidos frescos



Alimentos que contengan líquido



Evite dulces, picantes o alimentos enlatados



3 Estilo de vida



Aire fresco, ejercicio al aire libre



Diarios de comidas para identificar cuál es la mejor tolerada



Algunas sugerencias para mejorar la tolerancia y disminución de los síntomas del tubo digestivo son:

- ✓ Reducción del **tamaño** de las comidas.
- ✓ Comer **lento**.
- ✓ Consumir alimentos con **bajo contenido de grasas**.
- ✓ **No seguir comiendo al sentirse satisfecho(a)**.
- ✓ **Evitar** la actividad física vigorosa luego de la ingesta de alimentos.
- ✓ **No acostarse** inmediatamente luego de comer.
- ✓ Siempre que hayan transcurrido 30 minutos desde la última dosis de semaglutida oral, ante la presencia de náuseas, se recomienda **ingerir alimentos que alivien los síntomas: galletitas saladas, manzanas, menta, bebidas a base de jengibre.**