



Where the world comes for answers

Kuandu ki é pa txoma dotor:

***EMPOWER* program**
(Programa *EMPOWER*)
na Boston Children's Hospital

Nôs objetivu é forneshi un terapia médiku di jeshon di pezu di altu kualidadi, atualizadu y ku bazi na evidéncias pa kriansas y adolescentis. Nu ta spera ajuda kes pasienti alkansa un pezu saudável y rezultadus relasionadu ku pezu na un ambienti pozitivu y di apoiu.

Konsultá-nu online!



www.childrenshospital.org/programs/empower



Tabela di kontiudus

Tema	Númeru di pájina
Ben-vindu	3
Modi ki bu pode kontaktá-nu	4
Un Informason inportanti	5
Kontrato ku pasienti	6
Izenplu di agenda	7
Obzidadi y Metabolismu Saudavel: Kuzê ki bu presiza sabi	8
Informason sobri Medikamentu pa Obzidadi	9-13
Folha di kalkulu personalizadu	14
Komesa ta toma kes medikamentu pa kontrolu di pezu	15
Un Mensajen Inportanti Sobri Uzu Seguru Di Medikamentus	17
Kontaktus Inportanti	18



Ben-vindu!

Ben-vindu pa programa *EMPOWER* na Boston Children's Hospital! Nôs objetivu é oferese un eselenti kontrolu di pezu, ku bazi na evidências, na un ambienti pozitivu y di apoiu.

Obezidade é un doensa króniku ki ta eziji tratamentu a longu prazu y konsultas kliniku frekuenti.

Kuzê ki nu ta spera di doenti/familia

- Bai pa tudu kes konsulta programadu
 - Konsultas médiku ku un médiku (MD) ô infermeru (NP) na kada 3 mês, ô mas frekuenti, si nesesariu
 - Akonselhamentu nutrisional na pelu menus 2 seson di grupu, ku opson di akonselhamentu nutrisional individual adisional
 - Konsulta di saúdi mental na nês programa un vez pur anu
- Pa tudu kes pasienti ku menus di 18 anu di idadi, kes pais ô un tutor ta devi stá prezenti na kes konsulta
 - Nu ta sujeri ki tudu kes doenti ta leva un pesoa di apoiu, sima un di pais ô un familiar, pa kes konsulta (independentimenti di idadi di doenti)
- Kes mudansa na stilu di vida é un parti inportanti di un kualker planu di tratamentu médiku y, pur isu, n ta spera ki kel pasienti ta trabadja pa atinji kes objetivu di nutrison y atividadu fiziku enkuantu bu stiver na programa, pa alén di toma un medikamentu pa kontrolu di pezu

Kuzê ki kel pasienti/familia podi spera di nês:

- Komunikason klaru duranti tudu tenpu ki pasienti ta pasa na nês programa
- Kuidadu médiku sensível, sentradu na doenti y ku bazi na evidências
- Konsultas regular ku ekipa médiku di doenti
- Oportunidadis pa seson individual di nutrison, pa alén di kes seson di nutrison na grupu obrigatóriu
- Kapasidadu di komunika ku nês entri konsultas (kes mensajen di portal di doenti MyChart é preferível pa keston naun urjenti)

Nês programa stá sentradu na tratamentus médiku pa jeston di pezu. Alguns pasienti podi ka opta pa kel tratamentu li y nu ten tudu gostu na ajuda fasilita enkaminhamentu pa Programa de Cirurgia Bariátrica pa Adolescentis (Adolescent Bariatric Surgery Program) (ta oferese konsultas y preparason pa sirurjia di “perda di pezu”) ô pa Programa Stratégias pa Enpoderamentu y Saúdi Fiziku di Adolescentis (STEP-Strategies for Teen Empowerment and Physical Health) atraves di Adolescent/Young Adult Medicine (sentradu na ajuda pa pasientis ku disturbios alimentar) na Boston Children's Hospital, dependendu di nesesidadis di pasienti. Si algun di kes otu programas parsi ma es é midjor opson pa doenti, kontakta-nu pa diskuti kes opson, ta manda un mensajen pa ekipa médiku di doenti atraves di Portal di doenti MyChart ô ta liga pa número 617-355-5159.



Modi ki bu pode kontaktá-nu

- Pa marka, remarka ò kansela un konsulta, kontakta nòs ekipa administrativu atraves di nùmeru 617-355-5159.
- Pa kes pedidu di rekarga di reseitas ò di un kualker keston médiku naun urjenti, manda un mensajen pa médiku y infermeru di pasienti atraves di portal di pasienti MyChart (disponibel pur konputador ò aplikativu pa telemóvel/tablet).
 - Inkrevi di grasa li:
[hLps://mychart.childrenshospital.org/MyChart/AuthenCcaCon/Login?](https://mychart.childrenshospital.org/MyChart/AuthenCcaCon/Login?)
- Pa un kualker problema médiku urjenti relasionadu ku kes kuidadu pa pasienti na nòs programa, kontakta médiku ò infermeru di pasienti (ò médiku di servisu si dipos di óra di spedi) atraves di nùmeru 617-355-6000.
- Si kel doenti stiver ta pasa pur un imerjénsia médiku, liga pa 911 ò bai pa servisu di urjénsia mas prósimu.





Un Informason inportanti

Duranti bu tenpu na nôt programa, bu podi ovi kes fornecedor uzar varios palavra pa refiri pa pezu y problemas médiku relasionadu ku pezu. Nu ta konprende ki alguns palavra sima “obezidadi” podi parsi diskonfortavel pa alguns pesoa pamodi speriéncias negativu di pasadu. Nôt speransa é uza palavras ki é klinikamenti koretu, ma, tanbe, sensivel pa bu sperénsia.

Komu fornecedoris, nu stá ta bai dá senpri nôt midjor pa komunika di forma sensivel ku bô, nu ta reconhesi ki obezidadi y esesu di pezu é kondison médiku ki, komu un kualker otu kondison médiku, é provokadu pur txeu fatoris, txeu vez fora di kontrolu di pasienti. Nu ta insentiva doentis/familias pa komunika abertamenti ku ses fornecedoris sobri kul palavras ki es ta atxa sertu.

Alguns termus ô palavras ki bu podi ovi fornecedoris ta uza é:

- **Índise di Masa Korporal (IMC):** É un medida di komu ki algén ta peza en konparason ku se altura. Enbora kel li ka é un medida perfeitu di kantu saudavel ku pezu di algén podi ser, é un medida ki kes fornecedor stá ta bai kontrola au longu di tenpu. IMC “saudavel” ta varia di akordu ku idadi y, pur isu, kes fornecedor podi konsentra na ke persentual di IMC (komu ki IMC di un pesoa ta konpara ku otus pesoa di mesmu idadi) en vez di un valor absolutu.
- **Obezidadi:** Kel li é un palavra ki bu podi ovi txeu na jornal ô otus meu di komunikason, y el podi ô naun ser senpri uzadu koretamenti. Na verdadi, kel li é un palavra médiku uzadu pa refiri pesoas ku IMC asima di un sertu pontu, definidu ku bazi na studus ki ta mostra un maior risku di otus problema médiku, sima doensas kardiaku, diabetes y doensas epátiku.
- **Sobripezu:** Kel li tanbe é un palavra txeu utilizadu fora di medisina, ma, na verdadi, é un palavra médiku. Kel li ta refiri a pesoas ku IMC mas altu ki kel ki konsideradu “saudavel”, ma, ka sufisientimenti altu pa txomadu di “obezidadi”.

Nôt fornecedoris sabi ki pezu di IMC ka ta defini kes individu. Nôt objetivu é oferesi kada pasienti un speriénsia individualizadu ki ta trata pezu na un ambienti di apoiu y sensibilidadi.



Kontratu ku pasienti

Na konkorda fazi parti di programa **EMPOWER** na Boston Children's Hospital, N ta konkorda ku kel siginti:

- **Bai pa tudu kes konsulta markadu.**
 - Komu kes imerjénsia y kes alterason di ajenda ta kontesi, nu ta pidi pa kes pasienti avizá-nu u mas rapidamenti posivel kazu es ka konsigi bai pa un konsulta. Na alguns sirkunstánsia, nu podi observa kel pasienti virtualmenti na kel seson markadu ô remarkadu pa otu dia (enbora, posivelmenti, ku un fornecedor diferenti).
 - Kes doenti ki ten 3 konsulta “sen bai” (ô seja, ki es ka kansela antis di konsulta) stá ta bai konvidadu pa reavalia si es stá realmenti interesadu na kel tipu di kontrolu di pezu médiku y es podi konvidadu pa abandona kel programa si es ka puder konprometi ku kes konsulta rekomendadu.
- **Aji y fala di un forma ki ta demostra konsiderason y respeitu** un pa otu pa ekipa di kudadus, otus doenti y familiaris y pa ekipa klinika.
- **Stablesi y trabadja pa atinji objetivus di stilu di vida**, inkluidu nutrison y actividad di fiziku.
- **Seja onestu y diretu ka ekipa di tratamentu**, spesialmenti en relason a konportamentus alimentar dizordenadu, sima konpulson alimentar ô alimentason restritivu.
 - Ekipa di tratamentu stá li pa apoia kel pasienti y konprende ki kes tipu di konportamentu alimentar li ka é inkomun y ka é un kuza pa bu fika ta xinti envergonhadu ô enbarasadu ku el.
 - Ser onestu é inportanti pa garanti ki bu ekipa podi fazi uns rekomendason seguru y útil pa ajudá-bu alkansa bus objetivu.
- **Toma tudu kes medikamentu sima es pasadu.** Informa ekipa di tratamentu u mas rapidamenti posivel si:
 - Doenti fika sen ses medikamentu ô presiza di un repozison antis di prósimu konsulta maradu.
 - Doenti apresenta ifeitus sekundáriu ki podi kontesi pamodi kes medikamentu, ki ta limita se kapasidadi di toma kes medikamentu sima es pasadu ô di partisipa normalmenti na kes actividad di vida diariu (pur izenplu, skóla, trabadju, desportu, ses refeison regular, etc.).
- **Konprende ki kel pasienti podi pididu pa marka un konsulta antis di kes seson programadu**, spesialmenti si surji problemas médiku y/ô medikamentozu entri kes konsulta médiku trimestral.
- **Konprende ki kes rekarga di medikamentu stá ta nai forneseidu prinsipalmenti na situason di un konsulta médiku** y ki ekipa di tratamentu jeralmenti stá ta bai fornesei rekargas di medikamentu sufisienti pa leva pasienti até prósimu konsulta médiku trimestral. Si kel doenti falta un konsulta, podi ser nesesariu remarká-l (virtualmenti ô pesoalmenti) antis di resebi un kualker rekarga di medikamentu.



Izenplu di Ajenda

Mês	Konsulta
Janeru	Konsulta Médiku Inisial
Fevereru/Marsu	Partisipa na aula di grupu di Introduson pa Nutrison (virtual) Partisipa na grupu di orientason médiku EMPOWER (virtual) (konsulta ku infermeru opsional si stiver ta komesa toma medikamentu)
Abril	Konsulta di akonpanhamentu médiku
Maiu/Junhu	Partisipa na aula di grupu Nutrison Avansadu
Julhu	Konsulta di akonpanhamentu médiku
Outubru	Konsulta di akonpanhamentu médiku
Janeru	Konsulta di akonpanhamentu médiku

Asisténsia sosial stá ta nai oferesidu na un kualker momentu, ku bazi na kes nesesidadi y/ô mediанти pididu di doenti/familia.

Obzidadi y Metabolismu Saudavel: Kuzê ki bu preziza sabi

Kuzê ki é obezidadi y pamodi ki el ta kontesi?

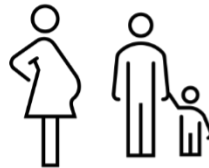
Obezidadi ta kontesi óras ki pezu di algén é altu pa algén di se altura (IMC altu). É un doensa ki ta preziza di tratamentu pamodi el podi koloka kes pesoa (kriansas y adultus!) en risku di otus kondison di saúdi.

Ningén sabi izatamenti pamodi ki alguns pesoa ten mas tendénsia pa ten obezidadi, ma txeu sientistas stá ta trabadja na kel problema li y es ta pensa ki é provavelmenti un kombinason di jenétika y anbienti:



Jenétikus

Diferensas na ADN (di bus jene, erdadus di bu familia)



Anbienti

Akontesimentus ki un pesoa podi ten antis y depos di nasimentu

Otus kuza ki podi afeta pezu di un pesoa ta inklui:



Konsumu di inerjia

Kantu inerjia ki bu korpu ta uza. Kel li ta aumenta ku ezersisiu, ma el podi reduzidu ku dietas radikal ô ta salta refeison.



Nutrison

Kuantidadi y kuzê ki algén ta kumi podi afeta bu pezu.

Kal avaliason nha médiku podi rekomenda



Testi di sonu si tiver preokupason ku apneia di sonu (pur izenplu, respirason dizordenadu duranti sonu)



Nivel di lipidu (trigliséridus, kolesterol)



Testi di funson epátiku pa prokura figadu gordu



Kontrolu pa pré-diabétis/diabétis



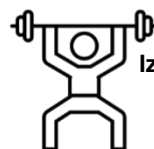
Posivelmenti testis jenétiku ô otus testi ormonal

Kal tratamentus nha dottor stá ta bai rekomenda?



Nutrison saudavel

Foku na indise di glisémia baxu Alimentus (IG) Refeison y lanxis pré-planiadu (Ka pula refeison!)



Izersisiu



Apoi u psikulójiku (medisina konportamental)



AS vez medikamentus



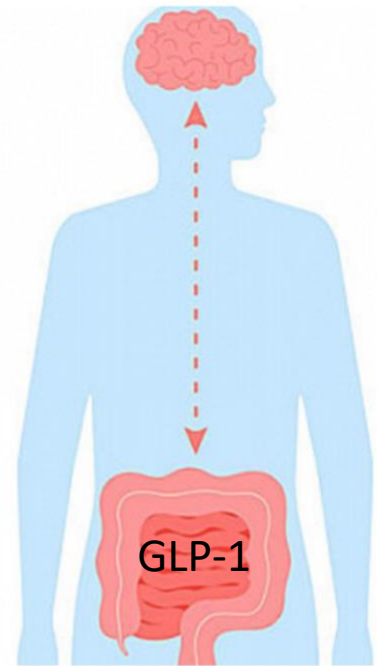
As vez sirurjia bariatriku

Semaglutida pa kontrolu di pezu (Wegovy, Ozempic)

Objetivu di tratamentu é perda di pezu pa doentis ku indise di masa korporal (BMI) > 95º persentual

Komu ki Semaglutida ta funciona?

- GLP-1 (peptídeo semelhanti a glukagon-1) é un ormona produzidu pa intestinus dipos di refeison ki ta informa sérebru y stomagu óras ki bu kumi u suficienti.
- Semaglutida ta atua sima GLP 1 pa:
 - ajuda bu fidju xinti minus fomi.
 - retarda svaziamentu di stomagu, pa ajuda bu fidju xinti satisfetu duranti mas tenpu dipos di refeison.
 - ajuda midjora resposta di insulina di korpu pa reduzir kes nivel altu di asúkra na sangi dipos di refeison.



Kal é kes risku?

- Semaglutida é jeralmente ben toleradu pa kriansas y adolescentis, ma, podi ten ifeitus sekundáriu sima:
 - Diskonfortu abdominal
 - Nauzia, vomitu É komun na inisiuo, ma, jeralmenti el ta dizaparesi dipos di alguns semana.
- Kes ifeitu sekundáriu raru ta inklui dor biliar, inflamason di vezíkula biliar y pankreatiti agudu, mas vez observadu na adultus ku otus problema di saúde.

Kuzê ki é pa spera?

- Semaglutida é administradu pur injeson semanal sobi peli (subkutániu).
- Nu ta pasa kel medikamentu y bu stá ta bai buská-l na un farmásia local.
- Basta bu resebi bu medikamentu, liga pa 617-355-7476 pa marka un konsulta di infermajen y sabi komu injetá-l.

Kontraindikason:

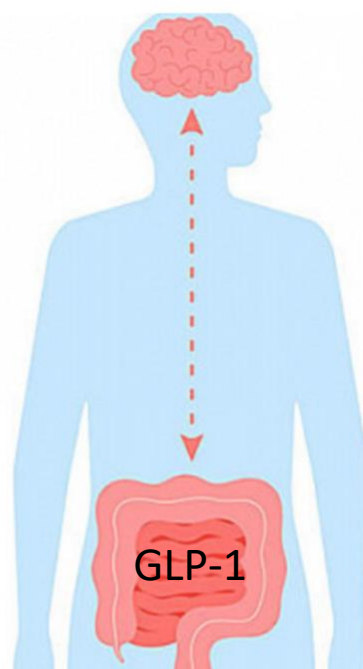
- Stóriu familiar di kankru di medula di tiroidi ò di un síndrome jenétiku txomadu MEN2
- Stóriu pesoal di pankreatiti

Liraglutida pa kontrolu di pezu (Saxenda, Victoza)

Objetivu di tratamentu é perda di pezu pa doentis ku indise di masa korporal (BMI) > 95º persentual

Komu ki Liraglutida ta funsiona?

- GLP-1 (peptídeo semelhanti a glukagon-1) é un ormona produzidu pa intestinus dipos di refeison ki ta informa sérebru y stomagu óras ki bu kumi u sufisienti.
- Liraglutida ta atua sima GLP 1 pa:
 - Ajuda bu fidju xinti menus fomi.
 - Retarda svaziamentu di stomagu, pa ajuda bu fidju xinti satisfetu duranti mas tenpu dipos di refeison.
 - Ajuda midjora resposta di insulina di korpu pa reduzir kes nivel altu di asúkra na sangi dipos di refeison.



Kal é kes risku?

- Liraglutida é jeralmente ben toleradu pa kriansas y adolesentis, ma, podi ten ifeitus sekundáriu sima:
 - Diskonfortu abdominal
 - Nauzia, vomitu É komun na inisiuo, ma, jeralmenti el ta dizaparesi dipos di alguns semana.
- Kes ifeitu sekundáriu raru ta inklui dor biliar, inflamason di vezíkula biliar y pankreatiti agudu, mas vez observadu na adultus ku otus problema di saúdi.

Kuzê ki é pa spera?

- Liraglutida é administradu pur injeson diariu sobi peli (subkutániu).
- Nu ta pasa kel medikamentu y bu stá ta bai buská-l na un farmásia local.
- Basta bu resebi bu medikamentu, liga pa 617-355-7476 pa marka un konsulta di infermajen y sabi komu injetá-l.

Kontraindikason:

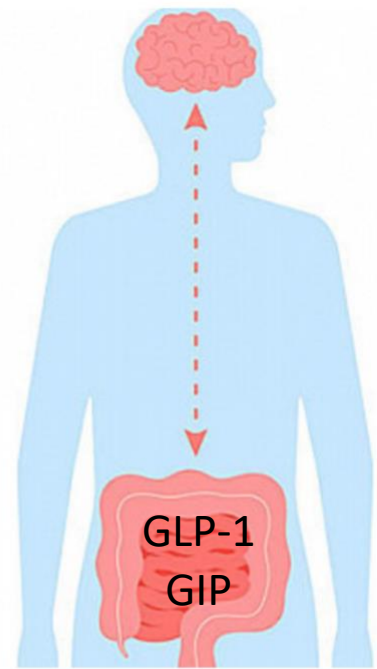
- Stóriku familiar di kankru di medula di tiroidi ô di un síndrome jenétiku txomadu MEN2
- Stóriku pesoal di pankreatiti

Tirzepatide pa kontrolu di pezu (Zepbound, Monjauro)

Objetivu di tratamentu é perda di pezu pa doentis ku indise di masa korporal (BMI) > 95º persentual

Komu ki Tirzepatide ta fumsiona?

- GLP-1 (glukagon semelhanti a peptídeo-1) y GIP (Peptidiu inibidor gastriku) é un ormona produzidu pa intestinus dipos di refeison ki ta informa sérebru y stomagu óras ki bu kumi u sufisienti.
- Tirzepatide ta atua sima komu GLP 1 y komu GIP pa:
 - Ajuda bu fidju xinti menus fomi.
 - Retarda svaziamentu di stomagu, pa ajuda bu fidju xinti satisfetu durante mas tenpu dipos di refeison.
 - Ajuda midjora resposta di insulina di korpu pa reduzir kes nivel altu di asúkra na sangi dipos di refeison.



Kal é kes risku?

- Tirzepatide é jeralmente ben toleradu pa kriansas y adolesentis, ma, podi ten ifeitus sekundáriu sima:
 - Diskonfortu abdominal
 - Nauzia, vomitu É komun na inisiuo, ma, jeralmenti el ta dizaparesi dipos di alguns semana.
- Kes ifeitu sekundáriu raru ta inklui dor biliar, inflamason di vezíkula biliar y pankreatiti agudu, mas vez observadu na adultus ku otus problema di saúdi.

Kuzê ki é pa spera?

- Tirzepatide é administradu pur injeson semanal sobi peli (subkutániu).
- Nu ta pasa kel medikamentu y bu stá ta bai buská-l na un farmásia lokal.
- Basta bu resebi bu medikamentu, liga pa 617-355-7476 pa marka un konsulta di infermajen y sabi komu injetá-l.

Kontraindikasyon:

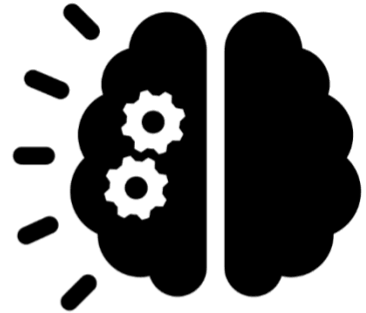
- Stórikú familiar di kankru di medula di tiroidi ô di un síndrome jenétiku txomadu MEN2
- Stórikú pesoal di pankreatiti

Fentermina pa kontrolu di pezu

Objetivu di tratamentu é perda di pezu pa doentis ku indise di masa korporal (BMI) > 95º persentual

Komu ki Fentermina ta funciona?

- Fentermina ta stimula arias di sérebru ki ta rejista kes sensason di sasiedadi. Kel li ta ajuda reduzi fomi y reduzi pezu korporal.



Kal é kes risku?

- Fentermina izoladu ainda ka aprovalu pa FDA pa obezidadi pediátriku (pur izenplu, <18 anu), ma, demostra ma é seguru y efikas en konbinason ku topiramatu na kriansas ku 12 anu ô mas.
- Kes posivel ifeitu sekundáriu ta inklui:
 - Dor di kabésa
 - Preson alterial altu
 - Boka seku
 - Prizon di ventri
 - Difikuldadi pa durmi
 - Dor biliar
 - Glaukoma gravi (raru)

Kuzê ki é pa spera?

- Fentermina é un medikamentu tovalu na boka un vez pur dia
- Nu ta pasa kel medikamentu y bu stá ta bai buská-l na un farmásia lokal

Kontraindikason:

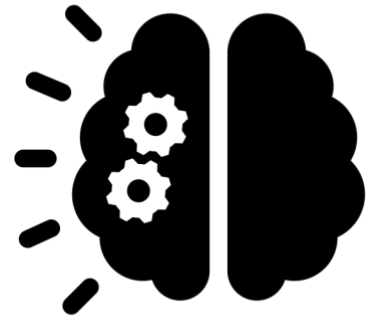
- Preson alterial altu diskontroladu
- Stóriku di doensa kardiaku
- Utilizason di sertus medikamentu uzadu pa depreson ô otus medikamentu simulador
- Stóriku di konsumu di drogas
- Ipertireoidismu
- Anxiedadi diskontroladu
- Glaukoma

Topiramato pa kontrolu di pezu

Objetivu di tratamentu é perda di pezu pa doentis ku indise di masa korporal (BMI) > 95º persentual

Komu ki Topiramato ta funciona?

- Topiramato é tradisionalmenti uzadu komu medikamentu antikonvulsivanti, ma, komu el ta atua na sérebru tanbe el podi ajuda reduzi apitite y kontrola pezu korporal.



Kal é kes risku?

- Topiramato izoladu ainda ka aprovalu pa FDA pa obezidadi pediátriku (pur izenplu, <18 anu), ma, demostra ma é seguru y efikas en kombinason ku Fentamina na kriansas ku 12 anu ô mas.
- Kes posibel ifeitu sekundáriu ta inklui:
 - “Névua serebral”
 - Asidoze
 - Dor biliar
 - Pedra na rin
 - Risku di sobreakesimentu pamodi reduson di transpirason
 - Sertus alterason na ECG (intervalu QT longu)

Kuzê ki é pa spera?

- Topiramato é un medikamentu tomadu na boka un vez pur dia
- Nu ta pasa kel medikamentu y bu stá ta bai buská-l na un farmásia lokal

Kontraindikason:

- Doensa di rin
- Utilizason di medikamentu asetazolamida
- Problemas di konsentrason na skóla
- Ideias suisida ativu
- Plania engravida (topiramato podi ser perigozu pa bebé)



Folha di kalkulu personalizadu

Konsulta di orientason médiku EMPOWER

Data: _____

Konsultas di pasienti:

- Primeru konsulta di akonpanhamentu médiku
Data: _____
Fornesedor: _____
- Segundu konsulta di akonpanhamentu médiku
Data: _____
Fornesedor: _____
- Terseru konsulta di akonpanhamentu médiku
Data: _____
Fornesedor: _____
- Kuartu konsulta di akonpanhamentu médiku
Data: _____
Fornesedor: _____

Aulas/Konsultas di nutrison:

1. Data: _____
2. Data: _____
3. Data: _____
4. Data: _____



Komesa ta toma kes medikamentu pa kontrolu di pezu

Kal é prosesu nesesariu antis di komesa tratamentu?

1. Bu fornecedor stá ta bai dá un reseita y pidi pa konsultóriu komesa un prosesu txomadu *autorizason préviu*, ki é un pididu pa seguradora kubri kel medikamentu.
 - Un úniku PA podi demora até 7 dia útil, y N podi ka resebi un kualker resposta di ekipa sobri desizon duranti 7 a 10 dia.
 - Na maioria di kes kazu, nós skritóriu stá ta bai manda un máximo di 2 PA. Nu verifika ki, na jeral, kes seguru di saúdi ta kubri maioria di kes medikamentu pa kontrolu di pezu ô ka ta kubri ninhun di kes medikamentu.
 - Jeralmenti nu ka stá ta bai manda PA destinadu pa kubri un medikamentu diferenti duranti un problemu di forneshimantu di kurtu durason.
2. Liga pa bu farmásia pa sabi si kel medikamentu stá na disponivel.
 - Atualmenti, maioria di kes medikamentu stá ta bai stá ta falta y txeu farmásias podi reseber sô un pikenu kuantidadi di kel medikamentu pur mês. Komu rezultadu, bu podi presiza liga pa varius farmacias pa enkontra un ki ten kel medikamentu ki bu pasadu disponivel. Infelisminti, nós konsultóriu ka ten kapasidadi pa fazi kel la na nómi di pasientis.
 - Devidu a kes prublema di forneshimantu li, konprende ki bu podi presiza spera várius semana (as vez até uns mês) pa komesa ta toma kel medikamentu. Nu ta spera ki kel situason li ta midjora na un futuro prósimu.
 - Si bu stiver ta ten difikuldadis persistenti, entra en kontaktu ku bu ekipa médiku.
3. Óras ki bu tiver kel medikamentu na mon, liga pa nós konsultóriu pa número 617-355-7476 pa marka un konsulta di infermajen pa sabi komu injeta kel medikamentu (aplikavel sô pa kes medikamentu injetável).
4. Toma tudu kes medikamentu simai es pasá-bu es. Informa ekipa di tratamentu u mas rapidamenti posivel si:
 - Abô/bu fidju fica sen medikamentu ô presiza di un rekarga antis di prósimu konsulta markadu.
 - Abô/bu fidju komu pasientis ten ifeitus sekundáriu ki podi kontesi pamodi kes medikamentu, ki ta limita kapasidadi di toma kes medikamentu sima es pasadu ô di partisipa normalmenti na kes atividadi di vida diariu (pur izenplu, skóla, trabadju, desportu, refeison regular, etc.).

Kuzê ki N podi fazi pa aselera kel prosesu?

1. Kontakta nha seguradora pa sabi sobri kobertura di kes siginti medikamentu:
 - a. Zepbound
 - b. Wegovy
 - c. Saxenda
 - d. Monjauro (pergunta si kobertura ta eziji diagnostiku di diabétis)
 - e. Ozempic (pergunta si kobertura ta eziji diagnostiku di diabétis)
 - f. Liraglutide (pergunta si kobertura ta eziji diagnostiku di diabétis)



- g. Phentermine (Fentemina)
 - h. Topiramate (Topiramato)
 - i. Qsymia
2. Kontakta various farmásias pa enkontra un ki ten kel medikamentu ki bu pasadu disponivel. Disponibilidadi na un kualker farmásia podi muda diariamenti.

Dipos di komesa ta toma kel medikamentu, komu ki N ta devi pidi kes rekarga?

- Reabastesimentu di medikamentus stá ta bai dadu na kes momentu di bus konsulta médiku, ki stá ta bai kontesi pelu menus trimestralmenti. Ekipa di tratamentu jeralmenti stá ta bai fornese kes rekarga di medikamentu sufisienti pa leva pasiente até prósimu konsulta médiku.
 - Si kel doenti falta un konsulta, podi ser nesesariu remarká-l (virtualmenti ô pesoalmenti) antis di resebi un kualker rekarga di medikamentu.
 - Konprende ki kes mensajen di MyChart stá ta bai revistu y respondidu un vez na kada 24 óra, y kes reseita ka podi mandadu en tenpu real.



Un Mensajen Inportanti Sobri Uzu Seguru Di Medikamentus

Nu stá konprometidu ku bu saúdi y seguransa y nu kre sensibiliza kes doentui y familiar pa alguns kuza inportanti:

- ***Djá bu ta devi ten ovidu fala ki kes medikamentu pa kontrolu di pezu ta kostuma stá poku, spesialmenti kes medikamentu mas resenti, sima semaglutida ô tirzepatida.*** Komu rezultadu, txeu enprezas stá ta vendi medikamentus pa obezidadi diretamenti pa konsumidoris. Inportanti é sabi ki txeu vez kes pájina di internet ta vendi uns version di medikamentu ki ka stá aprovalu pur FDA. Kel li é jeralmenti verdadi mesmu óras ki el pasadu pur médikus.
 - ***Txeu di kes medikamentu li ten un substánsia kimiku ki ta vendidu komu semelhanti a medikamentus sima Wegovy ô Zepbound, ma es ka é igual a kes medikamentu di marka aprovalu pur FDA.*** Kes medikamentu podi ka ser kel mesmu produktu y, pur isu, es podi ten ifeitus sekundáriu y riskus diferenti. Kes medikamentu tanbe podi stá misturadu di un forma ki ta altera bu seguransa y/ô efikásia y es podi ten ingredientis tóksiku.
 - ***Kunpra medikamentus online é ariskadu, y úniku forma di garanti ki es ta konsigi medikamentus autentiku aprovalu pur FDA é pidi pa bu médiku manda un reseita pa un farmásia lisensiadu.*** Si bu tiver algun dúvida ô stiver preokupadu ku kes kustu, fala ku bu ekipa médiku.
 - ***Semaglutida, liraglutida ô tirzepatida autentiku sô stá ta bai disponibilizadu na resipientis ta parsi ku un kaneta.*** Si bu resebi un frasku di un kualker di kes medikamentu, stá senti ki kel la ka é un formula aprovalu pur FDA. Na kazu di dúvida, trazi bus medikamentu pa bu konsulta ô mandá-nu un fotografia na portal!
 - ***Un eseson é un formula mas resenti, sen kobertura di seguru, di sertus dozi di tirzepatida vendidu pur Eli Lilly. Kel i é un opson mas resenti y jeralmenti nu ta prefiri pasa medikamentus kobertu pa seguru.***
 - ***É inportanti refiri ki kel li é mutu diferenti di toma medikamentus jenériku, ki stá aprovalu pur FDA.*** Nu ta spera ki kes forma jenériku di semaglutida, tirzepatida y liraglutida ta stá disponivel na un futuro prósimu y ki es ta podi ajuda reduzi kes enkargu di kopagamentu y di papelada di seguru.
 - ***Kuzê ki ta signifika aprovalu pa FDA?*** Kes medikamentu aprovalu pur Food and Drug Administration (FDA) di EUA foi submetidu pa testis stensivu na pasientis umanu y es stá garantidu ku stensus informason di seguransa.
- ***Duranti bu permanénsia na nôs programa, bu médiku podi diskuti uns opson di medikamentu ku bô pa kontrolu di pezu ki é “fora di indikason”.*** Alguns medikamentu stá aprovalu pur FDA pa un doensa spesifiku, kuza ki ta signifika ki kes medikamentu li foi rigorozamenti testadu na un faixa etáriu spesifiku y es resebi aprovason di FDA pa kel indikason la. Otus vez, bu médiku podi diskuti ku bô kes opson di utiliza un medikamentu aprovalu pur FDA di forma “fora di indikason”. Kel li ta signifika ki, enbora kel medikamentu ten sidu studadu y testadu, el podi ka stá aprovalu pa uza na un determinadu faixa etáriu ô pa un determinadu doensa. Uzu ô naun di medikamentus di kel forma li ta devi diskutidu entri abô y bu ekipa médiku. Nu entantu, kel prátika li é txeu diferenti di uzu di medikamentus konpostu pamodi tudu kes medikamentu li foi aprovalu pur FDA pa uzu na umanus y el ten kes informason di seguransa di studus kliniku.
- Enkontra mas informason ali:
 - <https://www.fda.gov/drugs/postmarket-drug-safety-information-patients-and-providers/medications-containing-semaglutide-marketed-type-2-diabetes-or-weight-loss>
 - <https://obesitymedicine.org/blog/obesity-medicine-association-issues-a-position-statement-on-compounded-peptides/>



Kontaktus Inportanti

Boston Children's Hospital EMPOWER Program

Telefoni: 617-355-5159

<https://www.childrenshospital.org/programs/empower>

Boston Children's Hospital Adolescent Bariatric Surgery Program (Programa di Sirurjia Bariatriku pa Adolescentis di Boston Children's Hospital)

<https://www.childrenshospital.org/programs/adolescent-weight-loss-bariatric-surgery-program>

Telefoni: 617-355-2458

Boston Children's Hospital Strategies for Teen Empowerment and Physical Health (STEP) Program (Programa di Stratéjias pa Enpoderamentu di Adolescentis y Saúdi Fiziku (STEP) di Boston Children's Hospital)

<https://www.childrenshospital.org/programs/step-program>

Telefoni: 617-355-7181

Boston Children's Hospital Preventative Cardiology Program (Programa di Kardiologjia Preventivu di Boston Children's Hospital)

www.childrenshospital.org/departments/cardiology

Telefoni: 617-738-6289

Boston Children's Hospital Fatty Liver Interdisciplinary Program (FLIP) (Programa Interdisiplinar di Figadu Gordurozu di Boston Children's Hospital)

<https://www.childrenshospital.org/programs/fatty-liver-interdisciplinary-program>

Telefoni: 617-355-5837

Boston Children's Hospital Sleep Medicine Clinic (Klinika di Medisina di Sonu di Boston Children's Hospital)

www.childrenshospital.org/programs/sleep-center

Telefoni: 617-216-2570