



AGONISTE TRIPLE GLP-1 · GIP · GLUCAGON

# Retatrutide

protocole de perte de poids

Feuillet patient · Bienfaits &amp; recommandations · Protocole perte de poids + protocole métabolique



## L'ESSENTIEL EN 10 SECONDES

- Molécule la plus puissante de sa classe : agit sur **3 récepteurs** (GLP-1, GIP, glucagon)
- Perte de poids **la plus importante** des traitements actuels (jusqu'à 24 % en essais)
- Injection **sous-cutanée, 1x/semaine**, en augmentation progressive de dose
- Suivi médical obligatoire (tolérance digestive, pancréas, vésicule)

## I QU'EST-CE QUE LE RETATRUTIDE ?



### Retatrutide LE TRIPLE AGONISTE

Le Retatrutide imite **trois hormones naturelles** de la satiété et du métabolisme : le GLP-1 et le GIP (qui coupent la faim et ralentissent la digestion) et le **glucagon** (qui augmente la dépense énergétique). Cette triple action le rend plus efficace que les agonistes simples. Il est en cours d'évaluation clinique avancée pour l'obésité.

*Traitement récent, données encore en maturation. Réservé à une **prescription** et un **suivi médical stricts** — jamais en automédication.*

## II LES BIENFAITS



### Perte de poids LE RÉSULTAT LE PLUS MARQUÉ

Réduction majeure de l'appétit et de l'apport calorique : la perte de poids la plus forte de la classe (jusqu'à ~24 %).



### Satiété & appétit LA FAIM MAÎTRISÉE

Ralentit la vidange gastrique et agit sur les centres de la faim : sensation de satiété rapide et durable.



### Glycémie LE CONTRÔLE DU SUCRE

Améliore fortement la **sensibilité à l'insuline** — intérêt majeur dans le diabète de type 2 et le prédiabète.



### Métabolisme LE BRÛLEUR INTERNE

L'action glucagon augmente la **dépense énergétique** au repos (contrairement aux agonistes GLP-1 seuls).



### Foie & lipides LE FOIE DÉGRAISSÉ

Réduit les graisses hépatiques et le profil lipidique — utile dans la stéatose (foie gras).



### Facteurs de risque PROTECTION CARDIOMÉTABOLIQUE

Amélioration tension, triglycérides et inflammation — cibles du syndrome métabolique.

### III RECOMMANDATIONS & MODE D'EMPLOI



#### Mode d'emploi

RECONSTITUTION · VOIE · CONSERVATION

**Reconstitution** : flacon lyophilisé + eau bactériostatique (dilution fournie en consultation)

**Voie** : injection **sous-cutanée** (abdomen/cuisse), **1 fois par semaine**, même jour de préférence · **Escalade** : débiter bas et augmenter progressivement pour limiter les effets digestifs · **Conservation** : réfrigéré (2–8 °C).  
Le traitement exige un **suivi médical** (tolérance, hydratation, apports protéiques).

### IV LES DEUX PROTOCOLES



#### Protocole perte de poids

ESCALADE PROGRESSIVE · 1×/SEMAINE

**Objectif** : obtenir une perte de poids durable en montant les doses par paliers, pour minimiser les effets digestifs.

**Dose** : débiter à la dose la plus basse, puis paliers toutes les **4 semaines** selon tolérance (ex. 2 → 4 → 8 → 12 mg)

**Rythme** : **1 injection/semaine**, même jour

**Durée** : **plusieurs mois** puis phase de maintien

*Suivi : poids, tour de taille, tolérance digestive, biologie (glycémie, lipides, foie).*



#### Protocole métabolique & activité

COMPOSITION CORPORELLE

**Objectif** : préserver la masse musculaire pendant la perte de poids.

**Activité physique + protéines suffisantes** (1,2–1,6 g/kg/j) pendant tout le traitement

Poursuite du rythme **1×/semaine**, avec ajustement aux entraînements

Vérifier l'absence de perte de muscle à la réévaluation

*Le peptide n'excuse pas l'hygiène de vie : il la facilite.*

### V LES RÈGLES DU PROTOCOLE

#### BONNES HABITUDES

- ✓ Apports **protéiques suffisants** pour préserver le muscle
- ✓ Boire régulièrement — l'hydratation limite les effets digestifs
- ✓ Alimentation riche en fibres, repas plus petits et fractionnés
- ✓ Activité physique régulière (marche + renforcement)
- ✓ Noter poids, tolérance et satiété pour le suivi

#### À ÉVITER / PRÉCAUTIONS

- ✗ **Jamais d'automédication** : médicament à suivi médical strict
- ✗ Ne pas dépasser la dose ni accélérer l'escalade
- ✗ Manger gras/frit ou suralimenter : déclenche les nausées et vomissements
- ✗ Alcool excessif (pancréas, foie)
- ✗ Grossesse, allaitement, antécédent de pancréatite ou de cancer médullaire thyroïdien : **contre-indication**

### VI VOTRE PARCOURS EN 3 ÉTAPES

#### ÉTAPE 1 · CONSULTATION

##### Bilan & bilan biologique

Évaluation métabolique, contre-indications, objectifs de poids, formation à l'injection.

#### ÉTAPE 2 · ESCALADE & SUIVI

##### 1 injection/semaine

Augmentation par paliers toutes les 4 semaines, selon tolérance et résultats.

#### ÉTAPE 3 · RÉÉVALUATION

##### Poursuite ou maintien

Poids, composition corporelle, biologie — décision de la phase suivante.

**Ce feuillet présente les bienfaits et le mode d'emploi du Retatrutide.**

Médicament à prescription et suivi médical stricts — poids et biologie contrôlés. Posologies indicatives, à individualiser en consultation. Ne pas arrêter un traitement prescrit par votre médecin traitant.  
Pour toute question : votre prochaine consultation ou le cabinet.

Médecine régénérative