



Los medicamentos para bajar el colesterol conocidos como estatinas reducen las probabilidades de ataque cardíaco y de muerte en personas que tienen un riesgo elevado de enfermedad cardíaca o que ya tienen una enfermedad cardíaca. Seguir una dieta saludable y hacer ejercicio también pueden ayudar a reducir los niveles de colesterol.

Pero si realmente necesita tomar una estatina, *Consumers Reports* ha evaluado los medicamentos de esta categoría en función de su eficacia, seguridad y costo, a fin de ayudarlos a usted y a su médico a elegir el correcto. Esta guía de 2 páginas es el resumen de un informe de 23 páginas que puede consultar en Internet, en ConsumerReportsHealth.org/BestBuyDrugs. En este sitio web gratuito, también puede obtener más información sobre otros medicamentos que hemos analizado.

¿NECESITA UNA ESTATINA?

El nivel de colesterol es un factor importante que ayudará a determinar si usted necesita tratamiento con una estatina. Sin embargo, no es el único factor de riesgo de enfermedad cardíaca: algunos de estos son envejecimiento, diabetes, antecedentes familiares de enfermedad cardíaca, presión arterial alta, falta de ejercicio, obesidad y fumar. Su médico debe preguntarle sobre esos factores de riesgo y debe tenerlos en cuenta antes de decidir si una estatina es adecuada para usted.

Su médico podría recetar una estatina si los análisis de sangre determinan que usted tiene un alto nivel de colesterol de lipoproteínas de baja densidad (LDL) o colesterol “malo” (superior a 160 mg/dl para algunas personas; 130 mg/dl para otras), y si los cambios en la dieta y en el ejercicio no dan resultado o si es poco probable que estos reduzcan el nivel de LDL.

Nuestras recomendaciones

Existen siete estatinas, pero no todas son iguales. Algunas proporcionan una reducción mayor en el colesterol en comparación con otras. Además, algunas estatinas están respaldadas por una evidencia más sólida que demuestra que las estatinas reducen el riesgo de ataque cardíaco, muerte por enfermedad cardíaca o accidente cerebrovascular.

Las estatinas también pueden variar ampliamente en el costo, desde tan solo \$11 por mes hasta más de \$200. La mayoría de las personas que toman estatinas deben continuar haciéndolo durante años, tal vez por el resto de su vida, de modo que el costo puede ser un factor importante para considerar.

Teniendo en cuenta la evidencia de la eficacia, la seguridad y el costo, hemos elegido cuatro estatinas como *Consumer Reports Health Best Buy Drugs*:

- Lovastatina o pravastatina genéricas, si necesita bajar el colesterol “malo” (LDL) en menos de un 30%.
- Simvastatina genérica (20 mg o 40 mg), si necesita una reducción de LDL de un 30% o más, y/o si tiene enfermedad cardíaca o diabetes, o si ha tenido un ataque cardíaco o tiene síndrome coronario agudo, y el nivel de LDL no es muy elevado.
- Atorvastatina (Lipitor) (40 mg u 80 mg), si ha tenido un ataque cardíaco o tiene síndrome coronario agudo, y el nivel de LDL es muy elevado.

La mayoría de las personas que necesitan una estatina deben tomar la dosis más baja que reduce el colesterol LDL a un nivel aceptable, debido a que las dosis más altas representan un mayor riesgo de efectos secundarios graves, tales como problemas musculares, renales y hepáticos. Sin embargo, es posible que algunas personas, como aquellas que han tenido un ataque cardíaco, necesiten una dosis más alta.

Independientemente de la dosis que tome, si experimenta dolores musculares cuando toma una estatina, comuníquese con su médico de inmediato. Además, pregúntele a su médico si se pueden partir las píldoras de estatina. Esto puede ahorrar dinero y es una práctica común.

Esta información se actualizó en junio de 2010.

Nuestras evaluaciones independientes se basan en revisiones científicas realizadas por el Proyecto de Revisión de la Eficacia de los Fármacos de Oregon Health and Science University. Los subsidios de la Fundación Engelberg y de la Biblioteca Nacional de Medicina ayudan a financiar *Consumer Reports Health Best Buy Drugs*. La elaboración de estos materiales ha sido posible gracias a un subsidio del Programa de Subvenciones para la Información a los Consumidores y a los Médicos que Recetan Medicamentos del Procurador General (Attorney General Consumer and Prescriber Education Grant Program) a nivel estatal, que se encuentra financiado por los acuerdos de resolución multiestatales por las demandas por fraude al consumidor respecto de la comercialización del medicamento de venta con receta Neurontin (gabapentina).

¿Cuáles deberían ser los niveles de colesterol?

Si el nivel de colesterol total es:	Esto se considera:
Inferior a 200 mg/dl	Deseable
200 - 239 mg/dl	Límite
240 mg/dl y superior	Alto
Si el nivel de colesterol de lipoproteínas de baja densidad (LDL, por sus siglas en inglés) es:	Esto se considera:
Inferior a 100 mg/dl	Óptimo
100 - 129 mg/dl	Casi óptimo/superior al óptimo
130 - 159 mg/dl	Límite alto
160 - 189 mg/dl	Alto
190 mg/dl y superior	Muy alto
Si el nivel de colesterol de lipoproteínas de alta densidad (HDL, por sus siglas en inglés) es:	Esto se considera:
Inferior a 40 mg/dl	Bajo, aumenta el riesgo
41 - 59 mg/dl	Normal, pero inferior al óptimo
60 mg/dl y superior	Bueno, ayuda a disminuir el riesgo

* Esta tabla se aplica, principalmente, a personas que no tengan ningún otro factor de riesgo de enfermedad cardíaca.

Fuente: Adaptado de National Cholesterol Education Program, High Blood Cholesterol – What You Need to Know, revisado en junio de 2005. NIH Publication No. 05-3290.

Opciones de estatinas para personas que requieren una disminución del nivel de LDL de menos del 30%

Nombre genérico y dosis al día	Nombre de la marca ¹	Costo mensual promedio ²	Reducción promedio esperada de LDL	¿Reduce el riesgo de ataque cardíaco? ³	¿Reducción de la mortalidad?
Fluvastatina				Probable	Probable
Fluvastatina 20 mg	Lescol	\$120	22%		
Fluvastatina 40 mg	Lescol	\$120	25%		
Lovastatina				Sí	Probable ⁴
 Lovastatina 10 mg	Genérico	\$11	21%		
 Lovastatina 20 mg	Genérico	\$15	24% - 27%		
 Lovastatina 40 mg	Genérico	\$51	31%		
Lovastatina 20 mg	Mevacor	\$82	24% - 27%		
Lovastatina 40 mg	Mevacor	\$1,44 ⁵	31%		
Pravastatina				Sí	Sí
Pravastatina 10 mg	Pravachol	\$140	18% - 25%		
Pravastatina 20 mg	Pravachol	\$143	23% - 29%		
Pravastatina 40 mg	Pravachol	\$215	26% - 34%		
 Pravastatina 10 mg	Genérico	\$34	18% - 25%		
 Pravastatina 20 mg	Genérico	\$32	23% - 29%		
 Pravastatina 40 mg	Genérico	\$47	26% - 34%		
Simvastatina				Sí	Sí
Simvastatina 10 mg	Zocor	\$106	26% - 33%		
Simvastatina 20 mg	Zocor	\$175	30% - 40%		
Simvastatina 10 mg	Genérico	\$36	26% - 33%		
Simvastatina 20 mg	Genérico	\$70	30% - 40%		

Opciones de estatinas para personas con mayor riesgo

Nombre genérico y dosis al día	Nombre de la marca ¹	Costo mensual promedio ²	Reducción promedio esperada de LDL	¿Reduce el riesgo de ataque cardíaco? ³	¿Reducción de mortalidad?
Atorvastatina				Sí	Sí
 Atorvastatina 20 mg	Lipitor	\$161	42% - 46%		
 Atorvastatina 40 mg	Lipitor	\$165	47% - 51%		
 Atorvastatina 80 mg	Lipitor	\$168	46% - 54%		
Fluvastatina				Probable	Probable
Fluvastatina 80 mg Liberación sostenida	Lescol XL	\$152	35%		
Rosuvastatina				Sí	Probable
Rosuvastatina 10 mg	Crestor	\$163	43% - 50%		
Rosuvastatina 20 mg	Crestor	\$164	52% - 55%		
Rosuvastatina 40 mg	Crestor	\$162	55% - 60%		
Simvastatina				Sí	Sí
Simvastatina 20 mg	Zocor	\$175	30% - 40%		
Simvastatina 40 mg	Zocor	\$181	35% - 45%		
 Simvastatina 20 mg	Genérico	\$70	30% - 40%		
 Simvastatina 40 mg	Genérico	\$68	35% - 45%		

1. El término "genérico" indica que el medicamento se vende bajo su nombre genérico.

2. Los precios reflejan los precios minoristas promedio a nivel nacional del mes de abril de 2010, redondeados al valor más cercano en dólares.

Consumer Reports Health Best Buy Drugs obtuvo esta información de los datos proporcionados por Wolters Kluwer Pharma Solutions. Wolters Kluwer no participa en nuestro análisis ni en nuestras recomendaciones.

3. Ataques cardíacos no mortales y mortales más las muertes atribuidas a enfermedades cardíacas.

4. La lovastatina no ha demostrado reducir las muertes, pero la evidencia apunta firmemente en esa dirección.

5. Los precios se basan en una pequeña cantidad de recetas.

NOTA: Los datos incluidos en los informes de Consumer Reports Health Best Buy Drugs™ proporcionan información general y no pretenden reemplazar la consulta con un médico u otro profesional de la salud. Consumers Union no es responsable por ninguna pérdida ni lesión relacionada con la manera en que usted use los informes. Los informes están únicamente destinados al uso individual, no comercial y no pueden usarse en anuncios publicitarios, promociones ni con ningún otro fin comercial.