

Aunque necesite el medicamento, **SIEMPRE se le indicará que siga con las otras medidas no farmacológicas** porque juntas le ayudarán a reducir la probabilidad de sufrir algún evento cardiovascular: infarto, ictus, etc.

Como todos los medicamentos, las estatinas también presentan efectos adversos como: cefalea, mialgias, alteraciones analíticas, erupción cutánea, etc.

No olvide que todos los medicamentos tienen sus beneficios pero también presentan efectos adversos.



La salud no sólo depende de una pastilla. Su actitud e implicación para mejorar su salud es lo que más puede ayudarle.

Bibliografía:

1. San Vicente Blanco R., Pérez Irazusta I., Ibarra Amarica J., BerraondoZabalegui I., Uribe Oyarbide.F., Urraca Garcia de Madinabeitia.J. y col. Guía de práctica clínica sobre el manejo de los lípidos como factor de riesgo cardiovascular Osakidetza. Vitoria-Gasteiz. 2008.
2. INFAC. Los lípidos como factor de riesgo cardiovascular: Tratamiento farmacológico. INFAC. 2014; 22(7): 37-43. Disponible en: http://www.osakidetza.euskadi.eus/contenidos/informacion/cevime_infac_2014/es_def/adjuntos/INFAC_Vol_22_n_7_bis.pdf.
3. CADIME. Hipolipemiantes en prevención cardiovascular. 2015; 30(3): 13-20.



Servicio Andaluz de Salud
CONSEJERÍA DE SALUD

DOCTOR ¿NO ME MANDA LA PASTILLA PARA EL COLESTEROL?

¿Cuáles son los valores normales de colesterol?

La relevancia de las cifras de colesterol dependerá de las situaciones particulares de cada paciente, como son la presencia de enfermedad cardiovascular, antecedentes familiares y presencia o no de otros factores de riesgo. Su médico valorará todos estos factores calculando su riesgo cardiovascular.

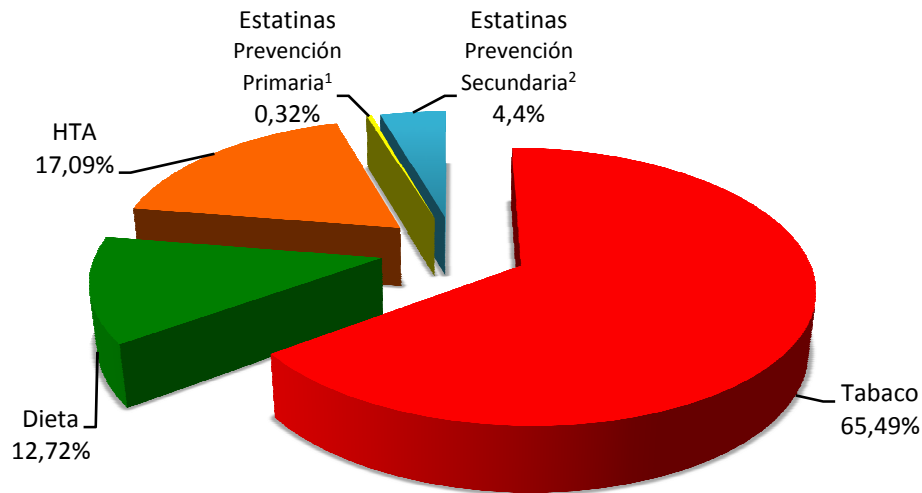
¿Qué es el riesgo cardiovascular?

El riesgo cardiovascular representa la probabilidad de sufrir un episodio cardiovascular agudo en un plazo definido de tiempo, que suele fijarse en 10 años. La estimación del riesgo cardiovascular permite identificar a los pacientes que más se benefician de las intervenciones de prevención, incluyendo la necesidad de iniciar o no el tratamiento farmacológico.

El riesgo a padecer enfermedades cardiovasculares no sólo depende de sus niveles de colesterol



¿Cómo influyen los diferentes factores de riesgo en la reducción de mortalidad por eventos cardiovasculares?



1 estatinas prevención primaria: pacientes sin patología cardiovascular

2 estatinas prevención secundaria: pacientes con patología cardiovascular

Primero: Tabaco.

Si usted fuma, pregunte a su médico cómo podría ayudarle a abandonarlo. **ES EL FACTOR DE RIESGO MÁS IMPORTANTE PARA EL DESARROLLO DE PATOLOGÍAS CARDIOVASCULARES Y OTRAS MUCHAS PATOLOGÍAS.**



El tabaco es el factor de riesgo más importante para el desarrollo de patologías cardiovasculares

Segundo: Hipertensión arterial (HTA).

Si padece de HTA, siga con el tratamiento que le indicaron y el resto de recomendaciones como evitar **la sal, el alcohol, mantener el peso, la dieta y el ejercicio**, etc. Así podrá mantenerlo controlado y eso le ayudará en el control de su riesgo cardiovascular.

La dieta, el ejercicio y el abandono del tabaco ayudan a reducir su riesgo cardiovascular. Pregunte a su médico o enfermero.

Tercero: Dieta y ejercicio:

El control del peso y seguir una dieta mediterránea (alto consumo de frutas, verduras, legumbres, aceite de oliva, bajo consumo de carne, etc.) son fundamentales para el control de su RCV.

Otros: diabetes, factores familiares (hipercolesterolemia familiar), edad, sexo.

Medicamentos: Estatinas y otros.

La medicación no supone la solución a su problema, **sino una ayuda.**

Su médico le indicará si es necesario iniciar un tratamiento con estos medicamentos o seguir insistiendo en otras medidas no farmacológicas (dieta, ejercicio).

Si usted presenta alguna de estas patologías: **accidente cerebrovascular, cardiopatía isquémica, arteriopatía periférica**, su médico le indicará que inicie tratamiento con estos medicamentos.

