

# Estatinas

Las estatinas (también denominadas **inhibidores de la HMG-CoA reductasa**) son medicamentos utilizados para disminuir el colesterol malo, que es un material parecido a la cera que produce el cuerpo y que también se encuentra en las grasas saturadas y en los productos de origen animal. El cuerpo necesita el colesterol para que las células funcionen adecuadamente. Existen 2 tipos de colesterol. El **colesterol "malo"** (colesterol de lipoproteína de baja densidad [low-density lipoprotein cholesterol, LDL-C]) se acumula en las arterias para formar placas, que pueden bloquear las arterias y provocar presión arterial alta, enfermedades cardíacas, un accidente cerebrovascular o un ataque cardíaco. En cambio, el **colesterol "bueno"** (colesterol de lipoproteína de alta densidad [high-density lipoprotein cholesterol, HDL-C]) ayuda al cuerpo a deshacerse del colesterol malo. El colesterol se mide mediante un simple análisis de sangre y el resultado es un número. Lo óptimo es que el colesterol malo sea lo más bajo posible y que el colesterol bueno sea lo más alto posible. La mejor forma de disminuir el colesterol es mediante la dieta y el ejercicio, pero debido a que la genética puede ser un factor influyente, la dieta y el ejercicio no siempre son suficientes.

## USO DE ESTATINAS: RIESGOS Y BENEFICIOS

Si ha tenido un ataque cardíaco o si tiene otros tipos de bloqueos en las arterias, su médico le recomendará que disminuya su colesterol malo. Es posible que también le recete una estatina para ayudarlo a hacerlo, en función de su nivel de LDL-C y de otros factores que incluyen la edad, los antecedentes familiares, si es fumador y si tiene presión arterial alta, sobrepeso o diabetes.

Al igual que la mayoría de los medicamentos, las estatinas pueden tener efectos secundarios. Estos incluyen dolor o debilidad muscular, náuseas, estreñimiento o diarrea, daño hepático o renal. Recientemente, los investigadores descubrieron que para una pequeña cantidad de personas, las estatinas están asociadas con un aumento del riesgo de tener diabetes tipo 2. Los investigadores continúan analizando estos y otros efectos secundarios.

Mediante la investigación, se ha demostrado que las estatinas son eficaces para disminuir el colesterol malo y la mayoría de los médicos las recetan a pacientes que han tenido un ataque cardíaco. Sin embargo, existen algunas dudas acerca de si es una buena idea que tomen estatinas las personas que no han tenido un ataque cardíaco, pero que tienen riesgo de tener uno debido a su nivel alto de colesterol malo.

Una duda incluye la discusión acerca de si los efectos secundarios de las estatinas son solamente incómodos, o si en realidad representan un riesgo significativo para la salud. La otra duda es si reducir el colesterol malo en realidad le ayudará a vivir más tiempo del que viviría si no lo hiciera. Algunas de estas discusiones incluyen la forma en que los médicos interpretan los resultados de los estudios. Sin embargo, en un análisis de 2010 se combinaron los resultados de 11 estudios y se descubrió que tomar estatinas no disminuyó el índice de mortalidad en las personas que no tenían enfermedades cardíacas.

Si su médico le recomienda tomar una estatina, hable con él acerca de los riesgos y los beneficios que esto representa para su situación particular.

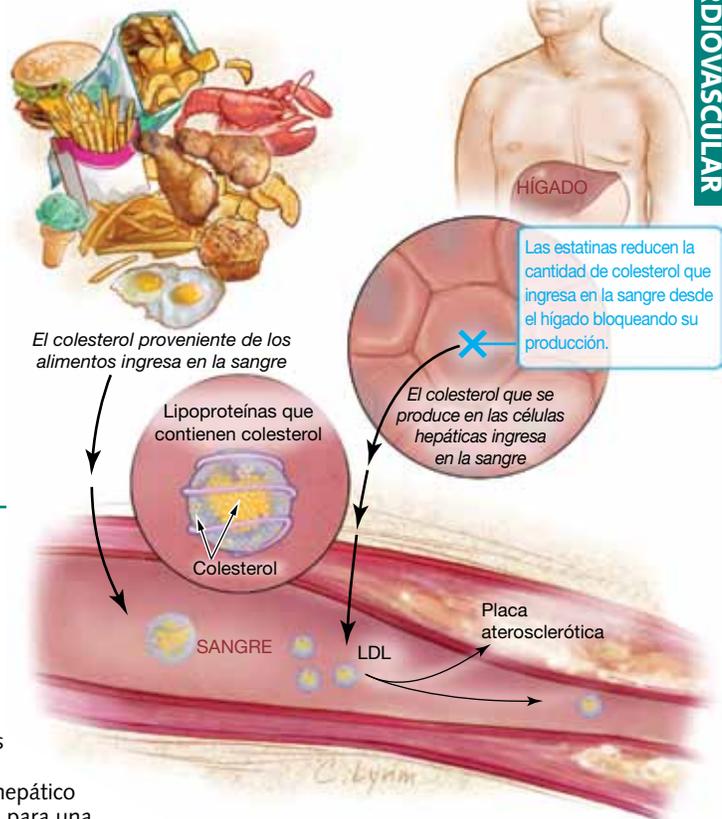
**Divulgación relacionada con los conflictos de intereses:** el autor ha completado y presentado el formulario del Comité Internacional de Editores de Revistas Médicas (International Committee of Medical Journal Editors, ICMJE) para la divulgación de posibles conflictos de intereses, y no se informó ningún conflicto.

Deborah Tolmach Sugerman, MSW, Redactora

Edward H. Livingston, MD, Editor

Cassio Lynn, MA, Ilustrador

Cómo las estatinas disminuyen el colesterol en la sangre



## PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- National Library of Medicine (Biblioteca Nacional de Medicina)  
<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/statins.html>
- US Food and Drug Administration (Administración de Drogas y Alimentos de los EE. UU.)  
<http://www.fda.gov/ForConsumers/ConsumerUpdates/ucm048496.htm>

## INFÓRMESE

Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA anteriores, vaya al índice de Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de JAMA en [www.jama.com](http://www.jama.com). Muchas están disponibles en inglés y español.

La Hoja para el Paciente de la JAMA es un servicio al público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales del cuidado de la salud pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con pacientes. Para comprar reimpressiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.

**JAMA**  
COPIA PARA  
SUS PACIENTES