

Cómo elegir una estatina para disminuir el colesterol

¿Qué son las estatinas?

Las estatinas son medicamentos que se utilizan para disminuir el colesterol y ayudar a prevenir las enfermedades cardíacas. El colesterol es grasa en la sangre. Existe el colesterol de las lipoproteínas de alta densidad (HDL, por sus siglas en inglés), bueno, y el colesterol de las lipoproteínas de baja densidad (LDL, por sus siglas en inglés), malo. Si usted tiene demasiada cantidad de colesterol LDL, este puede acumularse en las paredes de los vasos sanguíneos. Esta acumulación se denomina placa. Esta obstruye los vasos sanguíneos y puede causar un ataque cardíaco o un accidente cerebrovascular.

Cómo disminuir el colesterol

Algunas personas pueden disminuir el colesterol haciendo ejercicio e ingiriendo menos cantidad de grasas saturadas. Las grasas saturadas se encuentran en la carne, los productos lácteos, los productos de panadería y muchos antojitos. Para otras personas, hacer ejercicio e ingerir una dieta más saludable no es suficiente. Necesitan tomar una estatina.

Antes de comenzar con una estatina, usted y su médico deben analizar el colesterol LDL y otros riesgos de enfermedad cardíaca que usted tenga. Estos riesgos incluyen fumar, obesidad, falta de ejercicio, diabetes, presión arterial alta,

enfermedad de las arterias coronarias o antecedentes familiares de enfermedad cardíaca.

Cómo elegir una estatina

La mejor estatina para usted depende del colesterol LDL y de los otros riesgos que usted tenga. Algunas estatinas disminuyen el colesterol LDL más que otras. Y algunas reducen más que otras el riesgo de ataque cardíaco y muerte a causa de una enfermedad cardíaca o un accidente.

Algunas estatinas cuestan mucho más que otras.

Las estatinas genéricas pueden costar \$11 por mes o menos. Las estatinas de marca pueden costar más de \$200 por mes.

Dado que la mayoría de las personas toman estatinas durante muchos años, el costo es importante.

Las dosis más altas tienen más riesgos.

La mayoría de las personas deben tomar la dosis más baja que puedan. Cuanto más alta sea la dosis, mayor es el riesgo de que experimente efectos secundarios graves, incluidos problemas en los músculos, los riñones y el hígado.

Nuestro consejo:

Nosotros comparamos la eficacia, los riesgos y el costo de las diferentes estatinas. Elegimos estas estatinas como **Consumer Reports Best Buy Drugs**:

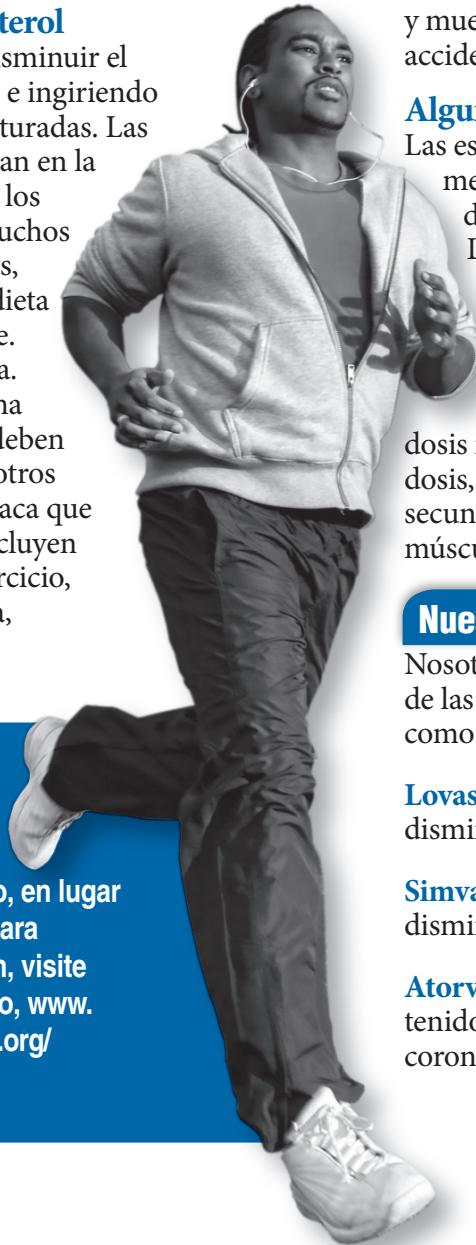
Lovastatina o pravastatina genéricas: si necesita disminuir el colesterol LDL en menos del 30%.

Simvastatina genérica (20 mg o 40 mg): si necesita disminuir el colesterol LDL en un 30% o más.

Atorvastatina (marca Lipitor) (40 mg u 80 mg): si ha tenido un ataque cardíaco o si tiene una enfermedad coronaria con colesterol LDL muy elevado.

Advertencia: Si está tomando una estatina y tiene dolor muscular, dolor o debilidad, llame a su médico de inmediato. Esto podría ser un signo de descomposición peligrosa en el tejido muscular.

Usted podría ahorrar cientos de dólares utilizando un **Best Buy Drugs genérico**, en lugar de estatinas de marca. Para obtener más información, visite nuestro sitio web gratuito, www.ConsumerReportsHealth.org/BestBuyDrugs.



La mejor estatina al mejor precio

Los **Consumer Reports Best Buy Drugs** se encuentran en **azul** y enfatizados en **negro**. Recomendamos estos medicamentos, dado que son eficaces, generalmente seguros y cuestan menos. Trabaje con su médico para elegir la mejor estatina y la mejor dosis para usted.

- **Si necesita disminuir el colesterol LDL en menos del 30%, observe los medicamentos que aparecen en azul.**
- **Si necesita disminuir el colesterol LDL en más del 30%, observe los medicamentos que aparecen enfatizados en negro.**

Nombre genérico y dosis	Nombre de marca ¹	Costo promedio por mes ²	Disminución de colesterol LDL en %	Reduce el riesgo de ataque cardíaco ³
Atorvastatina 10 mg	Lipitor	\$115	34–38%	Sí
Atorvastatina 20 mg	Lipitor	\$161	42–46%	Sí
Atorvastatina 40 mg	Lipitor	\$165	47–51%	Sí
Atorvastatina 80 mg	Lipitor	\$168	46–54%	Sí
Fluvastatina 20 mg	Lescol	\$120	22%	Probable
Fluvastatina 40 mg	Lescol	\$120	25%	Probable
Fluvastatina de liberación sostenida 80 mg	Lescol XL	\$152	35%	Probable
Lovastatina 10 mg	Genérico	\$11	21%	Sí
Lovastatina 20 mg	Genérico	\$15	24–27%	Sí
Lovastatina 40 mg	Genérico	\$51	31%	Sí
Lovastatina 80 mg	Genérico	\$103	39–48%	Sí
Lovastatina 20 mg	Mevacor	\$82	24–27%	Sí
Lovastatina 40 mg	Mevacor	\$144	31%	Sí
Lovastatina de liberación sostenida 20 mg	Altoprev	\$221	30%	Sí
Lovastatina de liberación sostenida 40 mg	Altoprev	\$277	36%	Sí
Lovastatina de liberación sostenida 60 mg	Altoprev	\$253	40%	Sí

Nombre genérico y dosis	Nombre de marca ¹	Costo promedio por mes ²	Disminución de colesterol LDL en %	Reduce el riesgo de ataque cardíaco ³
Pravastatina 10 mg	Genérico	\$34	18–25%	Sí
Pravastatina 20 mg	Genérico	\$32	23–29%	Sí
Pravastatina 40 mg	Genérico	\$37	26–34%	Sí
Pravastatina 80 mg	Genérico	\$79	30–37%	Sí
Pravastatina 10 mg	Pravacol	\$140	18–25%	Sí
Pravastatina 20 mg	Pravacol	\$143	23–29%	Sí
Pravastatina 40 mg	Pravacol	\$215	26–34%	Sí
Pravastatina 80 mg	Pravacol	\$204	30–37%	Sí
Rosuvastatina 5 mg	Crestor	\$166	39–46%	Sí
Rosuvastatina 10 mg	Crestor	\$163	43–50%	Sí
Rosuvastatina 20 mg	Crestor	\$164	52–55%	Sí
Rosuvastatina 40 mg	Crestor	\$162	55–60%	Sí
Simvastatina 10 mg	Genérica	\$36	26–33%	Sí
Simvastatina 20 mg	Genérica	\$70	30–40%	Sí
Simvastatina 40 mg	Genérica	\$68	35–45%	Sí
Simvastatina 80 mg	Genérica	\$66	40–50%	Sí
Simvastatina 10 mg	Zocor	\$106	25–33%	Sí
Simvastatina 20 mg	Zocor	\$175	30–40%	Sí
Simvastatina 40 mg	Zocor	\$181	35–45%	Sí
Simvastatina 80 mg	Zocor	\$191	40–50%	Sí

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 entero 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.