

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. Hay colesterol HDL (bueno) y LDL (malo). Si tienes mucho colesterol LDL, puede acumularse en las paredes de los vasos sanguíneos. Esto puede obstruir los vasos sanguíneos y causar un ataque cardíaco o un accidente cerebrovascular.

Cómo disminuir el colesterol

Algunas personas pueden disminuir el colesterol haciendo ejercicio y comiendo menos 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 y tener una dieta más saludable no es suficiente. Necesitan tomar una estatina.

Antes de comenzar con una estatina, usted y su médico deben revisar su colesterol LDL y su riesgo total de tener un ataque cardíaco o un accidente cerebrovascular en los próximos 10 años. Los factores que aumentan su riesgo incluyen la edad, fumar, diabetes, hipertensión y enfermedad del corazón.

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.CRBestBuyDrugs.org.

Cómo elegir una estatina

La mejor estatina para usted depende de su colesterol LDL y del riesgo de tener un ataque cardíaco en los siguientes 10 años. Algunas personas con un riesgo menor van a necesitar una estatina de intensidad moderada que reduzca su nivel de LDL en un 30 a 50% mientras que otros con mayor riesgo van a necesitar una estatina de alta intensidad que reduzca su LDL en 50% o más.

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.

Algunas estatinas cuestan mucho más que otras.

Las estatinas genéricas pueden costar tan poco como \$36 al mes. Las estatinas de marca pueden costar más de \$200 al 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:

CR BEST BUY Comparamos la eficacia, los riesgos y el costo de las diferentes estatinas. Elegimos estas estatinas como

Consumer Reports Best Buy Drugs:

Para la gente que necesita una estatina de intensidad moderada:

- Atorvastatina genérica 10 mg o 20 mg
- Lovastatina genérica 40 mg
- Pravastatina genérica 40 mg
- Simvastatina genérica 20 mg o 40 mg

Para la gente que necesita una estatina de alta intensidad:

- Atorvastatina genérica 40 mg u 80 mg



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 una estatina de intensidad moderada, mire los medicamentos en azul.**
- **Si necesita una estatina de alta intensidad, mire los medicamentos enfatizados en negro.**

\$ Este símbolo significa que usted podría obtener el medicamento a un costo bajo en tiendas de cadenas grandes, como Costco, CVS, Kmart, Kroger, Sam's Club, Target, Walmart y Walgreens. Sin embargo, es posible que haya una tarifa de membresía u otras restricciones.

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	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	Genérico	\$68	34-38%	Sí	Pitavastatina 2 mg	Livalo	\$173	28-40%	Se desconoce
Atorvastatina 20 mg	Genérico	\$100	42-46%	Sí	Pitavastatina 4 mg	Livalo	\$170	41-45%	Se desconoce
Atorvastatina 40 mg	Genérico	\$105	47-51%	Sí	Pravastatina 40 mg	Genérico	\$36 \$	26-34%	Sí
Atorvastatina 80 mg	Genérico	\$100	46-54%	Sí	Pravastatina 80 mg	Genérico	\$67 \$	37%	Sí
Atorvastatina 10 mg	Lipitor	\$175	34-38%	Sí	Pravastatina 40 mg	Pravacol	\$205	26-34%	Sí
Atorvastatina 20 mg	Lipitor	\$254	42-46%	Sí	Pravastatina 80 mg	Pravacol	\$203	37%	Sí
Atorvastatina 40 mg	Lipitor	\$264	47-51%	Sí	Rosuvastatina 5 mg	Crestor	\$205	39-46%	Sí
Atorvastatina 80 mg	Lipitor	\$261	46-54%	Sí	Rosuvastatina 10 mg	Crestor	\$201	39-46%	Sí
Fluvastatina 40 mg (2 pastillas/día)	Genérico	\$235	25%	Probable	Rosuvastatina 20 mg	Crestor	\$207	52-55%	Sí
Fluvastatina 40 mg (2 pastillas/día)	Lescol	\$347	25%	Probable	Rosuvastatina 40 mg	Crestor	\$203	55-60%	Sí
Fluvastatina liberación sostenida 80 mg	Lescol XL	\$217	35%	Probable	Simvastatina 20 mg	Genérico	\$71 \$	30-40%	Sí
Lovastatina 40 mg	Genérico	\$67 \$	31%	Sí	Simvastatina 40 mg	Genérico	\$68 \$	35-45%	Sí
Lovastatina liberación sostenida 40 mg	Altoprev	\$652	31%	Sí	Simvastatina 20 mg	Zocor	\$229	30-40%	Sí
					Simvastatina 40 mg	Zocor	\$234	35-45%	Sí
					Simvastatina 80 mg	Zocor o genérico	No se considera seguro. No lo tome a menos que ya lo haya estado tomando durante un año o más.		

- 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 para enero de 2014, redondeados al valor entero más cercano, en dólares. *Consumer Reports Best Buy Drugs* obtuvo esta información de los datos proporcionados por Symphony Health Solutions, que no participa en nuestro análisis ni en nuestras recomendaciones.
- 3 Ataques cardíacos no mortales y mortales más las muertes atribuidas a enfermedades cardíacas.

Esta serie es producida por *Consumer Reports Best Buy Drugs*, un proyecto de información pública respaldado por subsidios de la Fundación Engelberg y de la Biblioteca Nacional de Medicina de los Institutos Nacionales de Salud. La elaboración de estos materiales también fue 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. Este informe no debe considerarse un sustituto de la consulta con un médico o con un profesional de la salud. Se suministra con el objetivo de mejorar la comunicación con su médico, no reemplazarla. Ni la Biblioteca Nacional de Medicina ni los Institutos Nacionales de Salud son responsables del contenido ni de los consejos que se incluyen en este informe.