

PLANIFICACIÓN DEL TRATAMIENTO CON ESTATINAS:

Información acerca de la toma de decisiones compartidas para los pacientes y sus médicos

En la toma de decisiones compartidas, los médicos y los pacientes trabajan juntos para tomar las mejores decisiones de atención médica posible. Estas decisiones toman en cuenta la información basada en la ciencia sobre las opciones disponibles, la experiencia del médico y los valores y preferencias del paciente. Existen pruebas de que las decisiones compartidas contribuyen a mejorar la salud en general. Esta es una guía para que los médicos y los pacientes participen en las decisiones compartidas sobre el tratamiento con estatinas utilizando este método.

PASOS DE LA TOMA DE DECISIONES COMPARTIDAS

EJEMPLOS DE TEMAS A DISCUTIR

1

Busque la participación de su paciente

¿Por qué necesito tomar una estatina?

Las estatinas son medicamentos que reducen el riesgo de sufrir un ataque al corazón o un derrame cerebral. Actúan reduciendo la cantidad de colesterol en la sangre.

2

Ayude a su paciente a explorar y comparar las opciones de tratamiento

¿Por cuánto tiempo lo tomo?

Las estatinas son una terapia de por vida. Millones de personas en los EE. UU. toman estatinas porque son seguras y eficaces.

3

Evalúe los valores y las preferencias de su paciente

¿Cuáles son los beneficios de tomar una estatina para ti? ¿Me puede ayudar a controlar mi colesterol alto?

Sí, las estatinas pueden ayudar a reducir el colesterol. Esto reducirá el riesgo de ataque cardíaco o accidente cerebrovascular.

4

Tome una decisión conjunta con su paciente

¿Cuáles son las preocupaciones acerca de tomar esto? Me preocupa que pueda haber efectos secundarios.

La mayoría de las personas que toman una estatina no tienen efectos secundarios. Pero si tiene efectos secundarios, se puede ajustar la dosis o cambiarla a una estatina diferente.

5

Evalúe la decisión de su paciente

Ok, pero ¿puedo obtener más información antes de decidir?

Analicemos las diferentes estatinas que están disponibles y que pudieran ayudarle de la mejor manera. Después de iniciar el tratamiento, le haremos un análisis de sangre para saber que tan bien le están ayudando.

6

Decida los recursos que pueden brindarle apoyo al paciente

¿Cuáles recursos están disponibles para ayudarme?

Su equipo de atención me incluye a mí, a un especialista en lípidos (colesterol), a un dietista y a un farmacéutico. Todos podemos ayudarle a controlar el colesterol.

Encuentra esta información en línea en <http://bit.do/shareddecisions>. Esta guía está hecha para ayudar a los pacientes nuevos en el tratamiento con estatinas.



Guía de toma de decisiones compartidas con estatinas

1

Paso 1: Busque la participación de su paciente

Muchos pacientes no saben que pueden y deben participar en la toma de decisiones sobre su atención médica. Comuníquelo a su paciente las opciones que existen e invítelo a participar en el proceso.

Repita el problema de salud:

- “Una de cada 3 personas tendrá un ataque al corazón o un derrame cerebral en su vida. Un ataque al corazón o un derrame cerebral es más probable cuando una persona tiene colesterol LDL alto”.
- “Reducir el colesterol LDL puede reducir la probabilidad de sufrir un ataque al corazón o un derrame cerebral en el futuro”.

Invite a su paciente a participar en las decisiones. Invite a su paciente a hacer preguntas y discutir opciones con usted.

- “Me gustaría hablar con usted sobre el tratamiento para el colesterol alto. Luego, podemos decidir juntos cuál puede ser mejor para usted”.

2

Paso 2: Ayude a su paciente a explorar y comparar opciones de tratamiento

Discutir las opciones con su paciente puede ayudarlo a construir una relación de confianza.

Evalúe lo que su paciente ya sabe acerca de sus opciones.

- “¿Qué ha oído sobre el colesterol LDL alto?”

Explique cada opción claramente, utilizando un lenguaje sencillo. Evite el uso de términos técnicos o médicos. Señale cuando existan diferencias claras entre opciones específicas.

- “Adoptar una dieta saludable para el corazón y la actividad física regular son pasos muy importantes que puede tomar para prevenir o controlar los problemas de colesterol y las enfermedades del corazón”.
- “Muchas personas con colesterol LDL alto también necesitan tomar medicamentos para reducir sus niveles de colesterol en algún momento. Las estatinas son medicamentos que reducen el colesterol LDL. Tomar una estatina es una de las formas más eficaces de reducir el riesgo de sufrir un ataque al corazón o un derrame cerebral”.
- “Las estatinas se encuentran entre los medicamentos mejor estudiados y recetados. Los beneficios de tomar estatinas superan los riesgos para la mayoría de las personas”.

Se proporcionan puntos de conversación adicionales en el folleto adjunto para el paciente, **“Ayudando a controlar los niveles de colesterol con estatinas” (páginas 5 y 6 de este documento)**.

Discuta los beneficios y los daños de cada opción. Comunique claramente los riesgos y beneficios de cada estatina. Algunos recursos incluyen:

- American Heart Association “¿Qué son los medicamentos para bajar el colesterol?": <https://www.heart.org/-/media/Files/Health-Topics/Cholesterol/What-are-cholesterol-lowering-medications-Spanish.pdf>
- Mayo Clinic “Estatinas: ¿estos medicamentos para bajar el colesterol son los apropiados para ti?": <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/high-blood-cholesterol/in-depth/statins/art-20045772?p=1>
- Mayo Clinic Statin Choice Decision Aid: <https://statindecisionaid.mayoclinic.org/>

Guía de toma de decisiones compartidas con estatinas

3

Paso 3: Evalúe los valores y preferencias de su paciente

Anime a su paciente a hablar sobre lo que es importante para él o ella con respecto a las opciones. Use preguntas abiertas y escuche activamente a su paciente. Reconozca los valores y preferencias que le importan a su paciente.

- “¿Cuál tratamiento es la mejor opción para que usted alcance las metas que discutimos?”
- “¿Cuáles son los beneficios de tomar una estatina para usted?” “¿Cuáles son las desventajas de tomar una estatina?”
“¿Los beneficios superan las desventajas de tomar una estatina?”
- A los pacientes que ya están en tratamiento y experimentan síntomas, les puede preguntar: ¿Qué tan importante es aliviar los síntomas que usted está experimentando?”

Los pacientes pueden usar la herramienta para tomar decisiones en relación con las estatinas y evaluar sus valores y sus preferencias en el sitio de la Universidad de Michigan: <https://www.uofmhealth.org/health-library/aa44406> (en inglés).

4

Paso 4: Tome una decisión con su paciente

Pregúntele si está listo para tomar una decisión o si tiene más preguntas. Haga un seguimiento con su paciente si solicita más tiempo para considerar las opciones.

- “Ahora que discutimos sus opciones de tratamiento, ¿cuál cree que es el adecuado para usted?”
- Para los pacientes que ya están en tratamiento y con síntomas atribuidos al tratamiento con estatinas, puede preguntar: “Recomiendo que mantenga el tratamiento con estatinas de alguna forma. ¿Cuál es su preferencia?”
- “Las estatinas deben tomarse todos los días para reducir el riesgo de sufrir un ataque al corazón o un derrame cerebral. Incluya el medicamento en su rutina diaria, como cepillarse los dientes.”

Las decisiones se pueden documentar en la **“Hoja de planificación del tratamiento con estatinas” (página 4)**.

5

Paso 5: Evalúe la decisión de su paciente

Haga planes para revisar la decisión en el futuro. Recuérdele a su paciente que las decisiones pueden revisarse y algunas pueden cambiarse si no están funcionando bien para su paciente.

- “Después de comenzar con una estatina, revisaremos su análisis de sangre nuevamente, incluidos sus niveles de colesterol, para averiguar qué tan bien está funcionando la estatina”.
- “Los efectos secundarios son poco comunes, pero si tiene alguno, podemos probar una nueva estatina o cambiar la dosis (cantidad) que está tomando”.

6

Decida qué recursos locales apoyarán eficazmente al paciente

Comparta recursos para apoyar a los pacientes, incluido su equipo de atención cardiovascular (por ejemplo, especialista en lípidos (colesterol), farmacéutico, dietista registrado).

Referencias

- [The SHARE Approach](#). Content last reviewed October 2020. Agency for Healthcare Research and Quality, Rockville, MD.
- Jacobson TA, Cheeley MK, Jones PH, et al. [The STatin Adverse Treatment Experience Survey: Experience of patients reporting side effects of statin therapy](#). J Clin Lipidol. 2019 May-Jun;13(3):415-424.
- Grundy SM, Stone NJ, Bailey AL, et al. [2018 AHA/ACC/AACVPR/AAPA/ABC/ACPM/ADA/AGS/APhA/ASPC/NLA/PCNA Guideline on the Management of Blood Cholesterol: A Report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical Practice Guidelines](#). Circulation. 2019 Jun 18;139(25):e1082-e1143.

Hoja de planificación del tratamiento con estatinas

Fecha de visita: _____

¿Cuáles metas puede lograr en su tratamiento?



Motivo del tratamiento/Objetivos del tratamiento		
<input type="checkbox"/> Menor riesgo de infarto y accidente cerebrovascular	<input type="checkbox"/> Antecedentes familiares de enfermedades del corazón	<input type="checkbox"/> Colesterol bajo
<input type="checkbox"/> Riesgo de enfermedades del corazón		
Objetivos de una dieta saludable para el corazón		Metas de ejercicio
Régimen de medicamentos		
Nombre:	Dosis (cantidad):	Frecuencia:
Nombre:	Dosis (cantidad):	Frecuencia:
Nombre:	Dosis (cantidad):	Frecuencia:
Inquietudes sobre la adherencia al tratamiento:		Estrategias de adherencia al tratamiento:

Resultados de laboratorio

Fecha	Resultados de laboratorio					Cambios de medicamentos
	Colesterol total	HDL-C	No-HDL-C	LDL-C	TG	
	<i>Valores deseables</i>					

HDL-C= colesterol de lipoproteínas de alta densidad; No-HDL-C = colesterol no lipoproteico de alta densidad; LDL-C= colesterol unido a lipoproteínas de baja densidad; TG = triglicéridos

Mi equipo de atención cardiovascular

Médico	Datos de contacto	Médico	Datos de contacto
Médico de atención primaria		Dietista registrado	
Especialista en colesterol		Farmacéutico	
Otro especialista		Plan de seguro de salud	

Ayudando a controlar los niveles de colesterol con estatinas



¿Por qué el colesterol alto es malo para la salud?

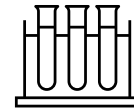
Tener colesterol alto en tu cuerpo puede ser malo para la salud y provocar un ataque cardíaco y un derrame cerebral.



Hay varios tipos de colesterol, incluyendo el colesterol LDL (lipoproteína de baja densidad). El cuerpo necesita algo de colesterol para funcionar correctamente. Pero tener el colesterol LDL alto puede provocar problemas de salud.

El colesterol LDL alto puede acumularse en las arterias que suministran sangre al corazón (como una tubería obstruida). Esto se conoce como aterosclerosis. La aterosclerosis puede provocar un ataque al corazón y un derrame cerebral.

Las personas pueden reducir sus niveles de colesterol LDL comiendo una dieta saludable para el corazón y haciendo más actividad física. Algunas personas también pueden necesitar medicamentos (estatinas) para reducir sus niveles de colesterol.



Colesterol LDL alto



Aterosclerosis



Ataque cardíaco y accidente cerebrovascular



¿Qué medicamentos reducen los niveles de colesterol?

Las estatinas son medicamentos que reducen el nivel de colesterol LDL en la sangre.



Hay varios tipos de estatinas que tu médico puede recetarte.

Terapia con estatinas de baja intensidad:

- Atorvastatin (Lipitor®), dosis más baja
- Fluvastatin (Lescol®)
- Lovastatin (Mevacor®, Altoprev™)
- Pitavastatin (Livalo, Zypitamag)
- Pravastatin (Pravachol®)
- Rosuvastatin (Crestor®), dosis más baja
- Simvastatin (Zocor®)

Tratamiento con estatinas de mayor intensidad:

- Atorvastatin (Lipitor®), dosis más alta
- Rosuvastatin (Crestor®), dosis más alta

PARA PACIENTES

Ayudando a controlar los niveles de colesterol con estatinas



¿Quién necesita estatinas?

Las estatinas se recomiendan para personas con mayor riesgo de ataque cardíaco o accidente cerebrovascular.



Adultos con antecedentes de enfermedad cardíaca* (incluyendo accidente cerebrovascular)



Adultos con niveles de LDL superiores a 190 mg/dL



Adultos con diabetes tipo 2



Adultos de 40 a 75 años con factores de riesgo de enfermedad cardíaca*

* causado por la aterosclerosis



¿Cuáles son los efectos secundarios de las estatinas?

Los efectos secundarios de las estatinas no son comunes. Toma nota de cualquier efecto secundario para discutir con su médico.



Los efectos secundarios pueden incluir dolor de cabeza, mareos y dolor muscular. Las acciones que su médico puede recomendar para aliviar los efectos secundarios de las estatinas incluyen:

- Cambiar a otra estatina.
- Cambiar su dosis.
- Probar otros medicamentos que reducen el colesterol.

Si tiene dolor o debilidad muscular intensa, orina oscura o disminuida, suspenda las estatinas y llame a su médico inmediatamente.

Las estatinas a menudo son parte de un plan de tratamiento de por vida para el colesterol alto que incluye cambios en la dieta y actividad física. Si se recetan, las estatinas deben tomarse todos los días para reducir el riesgo de ataque cardíaco o accidente cerebrovascular.



Dieta saludable para el corazón

+



Ejercicio (150 minutos por semana)

+



Medicamentos (terapia con estatinas)

=



Reducir el colesterol LDL

Su equipo de atención médica puede trabajar conjuntamente con usted para diseñar un plan de tratamiento que cumpla sus metas de salud.

Adaptado de: CardioSmart.org, Heart.org, Lipid.org, MayoClinic.org

Encuentre esta información en línea en at <http://bit.do/shareddecisions>.