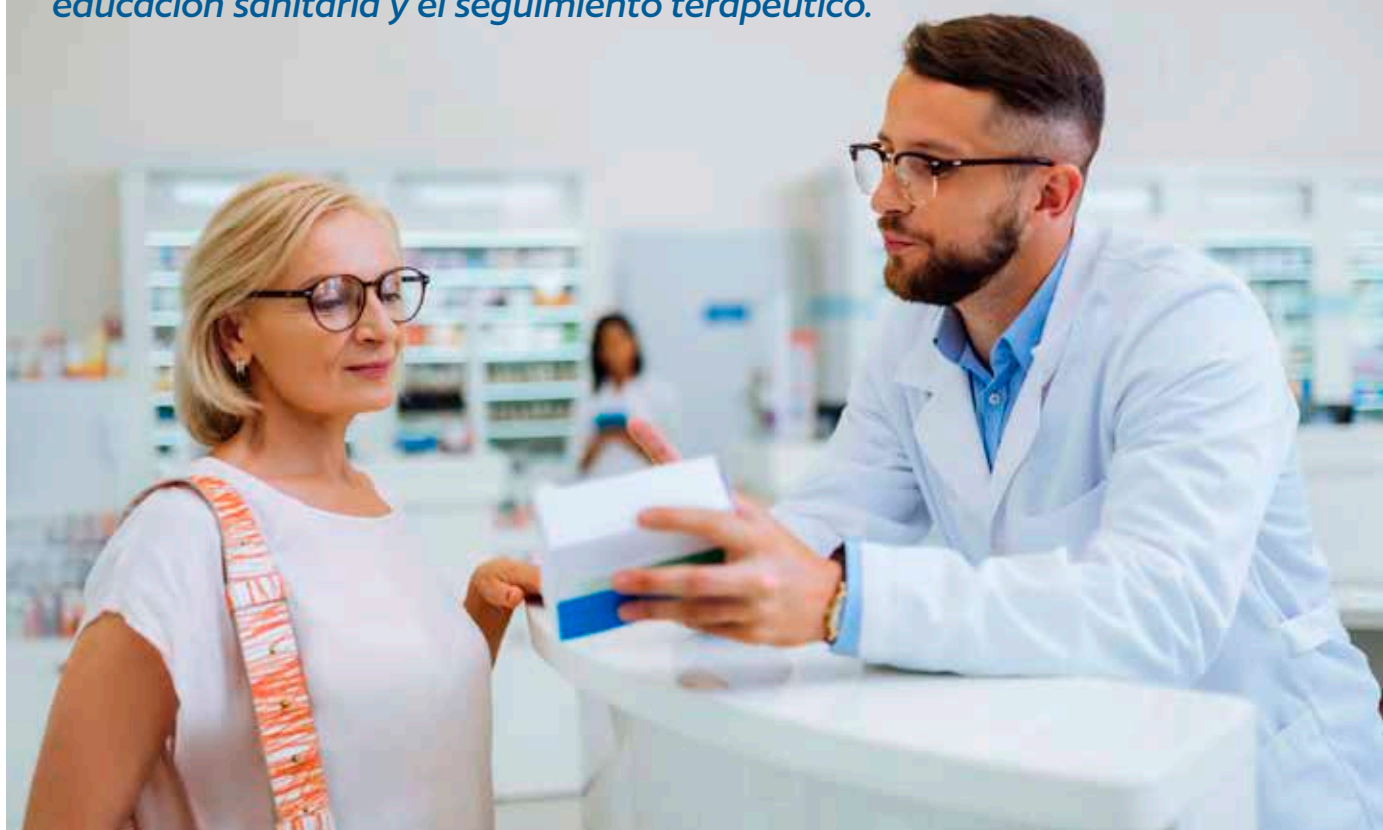


Contribución de la farmacia al control del colesterol

El abordaje del colesterol elevado exige una intervención coordinada entre médico, farmacéutico y paciente. Concretamente, la farmacia comunitaria desempeña un papel decisivo en la detección precoz, la educación sanitaria y el seguimiento terapéutico.



El colesterol es una sustancia grasa que resulta necesaria, en las cantidades adecuadas, para el normal funcionamiento de nuestro organismo. El cuerpo lo necesita para generar células sanas y producir hormonas, vitaminas y otras sustancias esenciales. Sin embargo, la hipercolesterolemia se posiciona como uno de los factores de riesgo más determinantes en el desarrollo de enfermedades cardiovasculares, la principal causa de muerte a nivel mundial. En este aspecto, según datos de la World Heart Federation, el colesterol alto provoca el fallecimiento de 3,6 millones personas al año alrededor del planeta.

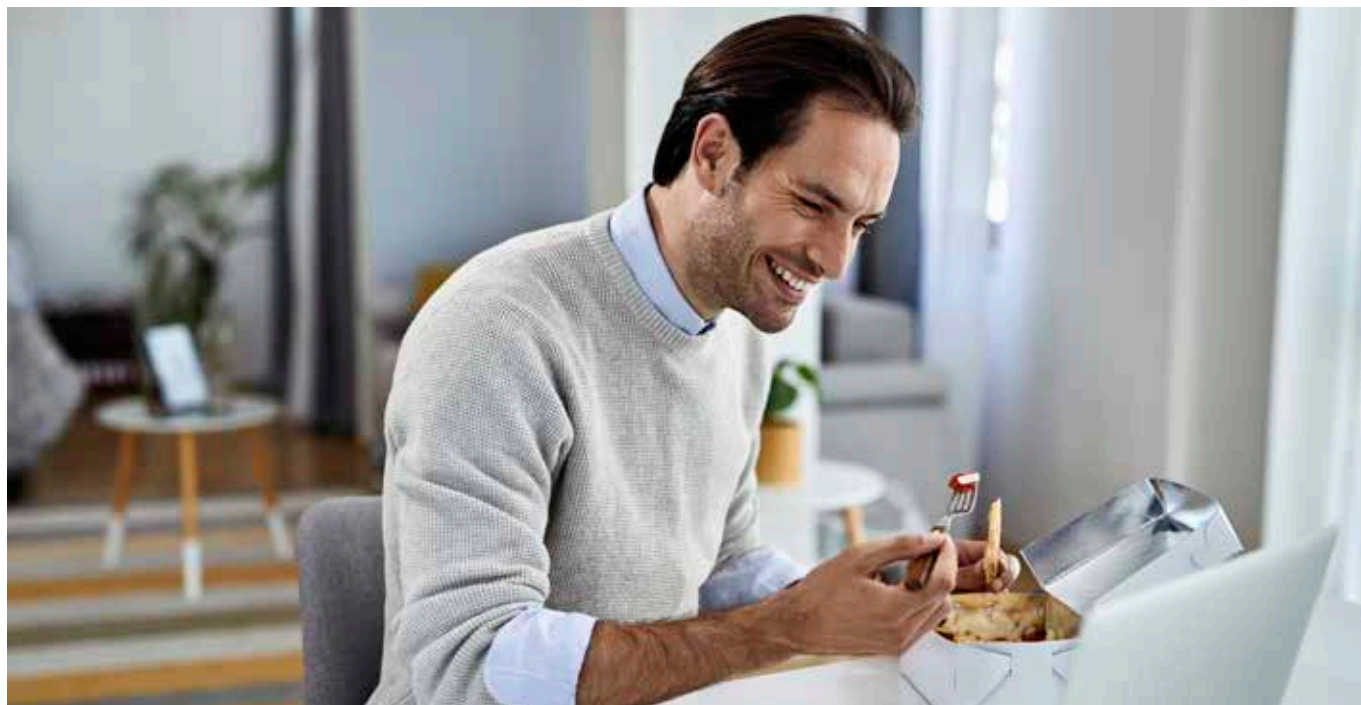


Para desarrollar estrategias de prevención efectivas y disminuir esta cifra, es fundamental comprender la diferencia entre los diferentes tipos de colesterol: el colesterol de lipoproteína de alta densidad (HDL) y

el colesterol de lipoproteína de baja densidad (LDL), conocidos como 'colesterol bueno' y 'colesterol malo', respectivamente. "La LDL es la encargada de llevar el colesterol a las células, mientras que la HDL es la encargada de recoger el colesterol que nuestro cuerpo no usa y devolverlo al hígado para su almacenamiento o excreción", explica el Dr. Julio Maset, médico de Cinfa, en declaraciones a farmanatur.

En sus palabras, para valorar un exceso de colesterol es importante evaluar cuál de los dos tipos de colesterol predomina. Si el que se encuentra en altas cantidades en sangre es el unido a HDL, que retira el exceso, no es lo mismo que si abunda el unido a LDL. La situación en este último caso es más grave, ya que estos valores

“EL EXCESO DE COLESTEROL (Y TAMBIÉN DE TRIGLICÉRIDOS, OTRO TIPO DE GRASA) ESTÁ LIGADO ÍNTIMAMENTE A UN ESTILO DE VIDA SEDENTARIO Y A UNA ALIMENTACIÓN POCO ADECUADA”, DR. JULIO MASET, MÉDICO DE CINFA



elevados denotan un exceso de esta sustancia en la sangre y puede conllevar acumulaciones en las arterias, lo que puede terminar en enfermedad cardiovascular.

Prevención primaria del riesgo cardiovascular

Para reducir el riesgo de padecer alguna enfermedad coronaria, la prevención primaria adquiere un valor esencial. No solo desde el ámbito médico, sino también desde el comunitario: los hábitos de vida saludables constituyen la primera línea de defensa frente al riesgo cardiovascular.

En este punto, el Dr. Julio Maset detalla que “el exceso de colesterol (y también de triglicéridos, otro tipo de grasa) está ligado íntimamente a un estilo de vida sedentario y a una alimentación poco adecuada, incluso en los casos de hipercolesterolemia hereditaria”. Por esa razón, asegura que practicar ejercicio de manera regular y llevar una dieta sana y variada son dos de los pilares fundamentales para evitar una situación que derive en un aumento no solo del riesgo de sufrir una enfermedad cardiovascular, sino de tener otras afecciones como enfermedad renal o pancreatitis.

Bajo su punto de vista, las medidas de atención primaria, incluso cuando se pauta un tratamiento farmacológico, deben implicar también un cambio en el estilo de vida, adoptando uno más saludable del que formen parte el ejercicio físico y una dieta equilibrada.



Tratamiento farmacológico de la hipercolesterolemia

Para muchos pacientes, sin embargo, estas medidas no son suficientes y, pese a adoptarlas, las analíticas les siguen mostrando un exceso de “colesterol malo” en el organismo. De este modo, es necesario recurrir a tratamientos farmacológicos para controlar los niveles de colesterol en sangre. Las estatinas siguen siendo el pilar terapéutico, mientras que nuevos fármacos como los inhibidores de PCSK9 se consolidan como alternativas, aunque solo en casos concretos.

Así lo confirma Julio Maset, quien indica que las estatinas son todavía hoy el tratamiento que se prescribe en primera línea, dada su eficacia y su perfil de seguridad “muy bueno”. No obstante, “los inhibidores de PCSK9 son una nueva generación de fármacos (anticuerpos monoclonales) eficaces en los casos en los que los pacientes no responden al binomio modificación de estilo de vida/estatinas”.

En esta línea, apunta a un nicho de actuación “extremadamente importante” de los inhibidores de PCSK9: cuando se emplean dosis máximas de estatinas y no se consigue el control del colesterol-LDL, siendo este superior a 100 mg/dl. En esos casos sí, ya sea que se trate de una hipercolesterolemia familiar o una enfermedad cardiovascular ya establecida, el paciente se trata con estos nuevos fármacos. Además, los inhibidores de PCSK9 también se suelen emplear cuando las estatinas están contraindicadas o el paciente es intolerante a ellas.

Detección, prevención y adherencia al tratamiento

Más allá de dispensar estatinas o inhibidores PCSK9, el farmacéutico juega un papel muy relevante cuando de colesterol alto se trata: estos profesionales son muy importantes



en la detección precoz de la hipercolesterolemia, la concienciación y el acompañamiento del paciente. Así, contribuyen directamente en la reducción de la incidencia de eventos cardiovasculares y en la mejora de la calidad de vida de la población.

Respecto a esto, y preguntado por el rol que desempeña el farmacéutico en la identificación de pacientes de riesgo, así como por signos de alerta, Julio Maset subraya la relevancia de la intervención desde la farmacia comunitaria. En su opinión, la cercanía con el paciente convierte a estos profesionales en figuras clave para detectar situaciones que puedan sugerir un perfil lipídico alterado. Así, el médico de Cinfa recuerda que muchos pacientes son usuarios habituales y, como consecuencia, es más fácil identificar posibles signos de alerta, tales como sobrepeso, sedentarismo o tratamientos que sugieren enfermedades asociadas. “La medicación que solicita un paciente, como hipoglucemiantes o hipotensores, puede indicarnos la conveniencia de detectar un colesterol elevado”, manifiesta.

Asimismo, el Dr. Maset indica que el contacto con unidades familiares puede despertar la sospecha de posibles casos de hipercolesterolemia familiar hereditaria. Todo ello, afirma, se refuerza gracias a la “confianza y cercanía del farmacéutico”,

que pueden permitir un diálogo que motive al paciente a pedir una analítica que confirme o descarte el colesterol alto.

Hasta ahora, se ha mencionado el papel que juega el farmacéutico en la detección de la hipercolesterolemia. No obstante, hay otros aspectos en los que este profesional sanitario puede ser de utilidad. Cabe recordar que el colesterol elevado es una enfermedad silenciosa que, durante mucho tiempo, puede no presentar síntomas. Esto puede llevar a los pacientes a no consultar al médico y a mantener estilos de vida inadecuados, ya que al no ver alteraciones funcionales piensan que pueden afrontarlo más adelante. Es ahí cuando el farmacéutico debe actuar.

“Es importante informar y educar sobre el gran impacto que determinados cambios en el estilo de vida y, en su momento, una consulta al médico, pueden tener sobre la salud del paciente, tanto a corto como a medio y largo plazo”, declara el Dr. Julio Maset. A esto, añade que, dada la cercanía de los farmacéuticos con la sociedad, estos profesionales deben transmitir “información de forma sencilla y clara, sin dramatismo, pero sin restarle importancia”.

Por último, y no por ello menos relevante, cabe hacer mención al papel esen-

cial de la farmacia en la adherencia de los pacientes al tratamiento. Al tratarse de establecimientos accesibles para cualquier ciudadano, “se suele establecer un nivel de comunicación habitual y continua que difícilmente se alcanza en la relación médico-paciente”. Justo por ese motivo, los profesionales tras el mostrador se convierten en piezas clave en la información y la educación respecto a varios temas que Julio Maset ha querido enumerar.

En primer lugar, señala que los farmacéuticos pueden explicar cómo se ha de tomar la medicación. También pueden resolver dudas acerca de reacciones adversas, así como hacer seguimiento de la cronología de dispensación de envases según la pauta para el paciente concreto. Por último, el doctor apunta al ofrecimiento, sobre todo a personas mayores y polimedicadas, del uso de sistemas de personalización de dosis.

En definitiva, el control del colesterol elevado requiere de una mirada integral en la que la farmacia comunitaria desempeña un papel insustituible. Su cercanía, su formación y su contacto habitual con la ciudadanía le convierten en un punto estratégico tanto para la detección precoz de la hipercolesterolemia como para la educación sanitaria y el seguimiento terapéutico. Desde identificar signos de riesgo hasta aclarar dudas sobre la medicación o reforzar la adherencia, el farmacéutico actúa como un aliado esencial del paciente y del sistema sanitario.

“LOS INHIBIDORES DE PCSK9 SON EFICACES CUANDO LOS PACIENTES NO RESPONDEN AL BINOMIO MODIFICACIÓN DE ESTILO DE VIDA/ESTATINAS”, DR. JULIO MASET